# Die Curiöse
# MEDICIN,

Darinnen
Die Gesundheit des Leibes
Durch sehr
Wahrscheinliche Gedancken
In XII. Reguln
vorgestellet/
Und wie solche durch gar leichte Mittel zu unterhalten/ gezeiget wird.


Nebst einem Anhang/

Der 3te Druck.





LUNEBURG/
Verlegts Johann Georg Lipper/
1705.


SURGEO
OFFICE
LIBRARY

## An den Leser.

ES ist nichts stärcker die Gemühter zu überwinden/ als die Warheit/ und ob zwar/ wann es Sachen betrifft/ da die entdeckte Warheiten unserm eignen Interesse entgegen seyn/ solches seine gewisse Zeit haben will/ ehe dieselbigen können gewonnen werden; so triumphieret doch endlich solche desto herrlicher. Dieses könte mit sonderbahren Exempeln bewehret werden. Eines anzuziehen/ so wird nicht wenig solches erhellen/ was die Medicin betrifft; denn solche ist durch viele herrliche inventa, in diesem Seculo so vermehret/ welche klar anweisen/ daß die Alten in solcher wenig erfahren/ und dannenhero ihre Art zu curiren/ nohtwendig sehr unrichtig in diesem Stück gewesen seyn müsse. Und ob zwar diese Folgerung vielen Interessirten schwer eingehen will/ so hat man dennoch wackere Leute gefunden/ so wohl von Medicis, als welche dieser Profession nicht eben zugethan gewesen/ die diesen nicht allein auffrichtig beygestimmet/ sondern auch seine Gedancken eröffnet/ wie solchem/ hier-

auß entstehendem Ubel zu begegnen. Und wäre zuwüntschen/ daß viele die Passionen ein wenig beyseite gesetzet/ mit Schmähung der Herren Medicorum und andern anzüglichen Worten an sich gehalten/ dadurch die Gemühter nur irritiret/die Warheit aber so leicht nicht angenommen werden will/ und hergegen vielmehr die blosse Warheit/ die kräfftig genug ist/ ihr selbsten Bahn zu machen/ fein klar und deutlich/ ohne grosse oratorische Weitläufftigkeit/ andern vor Augẽ gestellet hättẽ. Wie deñ/ weil diese Sache/ eine dem menschlichen Geschlecht sehr nützliche/ aber auch zugleich gar schwere Materie/ diesem Wuntsche noch beyzufügen ist/ daß viele verständige Leute/ was sie hierin nach vielem Nachdencken und Experientz erlernet/ ein jeder insonderheit/ mit der gelehrten Welt fernerhin communiciren möchten/ damit dermahleins man zu der endlichen Gewißheit/ in einer so wichtigen Sache kommen könte. In solchem Absehen nun/ wird hiermit ein der gleichen Tractätchen mitgetheilet/ in welchem solche Materie/ durch bloß raisoniren/ ohne alle affecten gar modeste abgehandelt

delt wird. Lebet man also der gewissen Hoffnung/ es werde von dem Leser mit gleichem Gemüht auffgenommen werden; dessen affection man sich hierdurch bestens empfiehlet.

# Sehr wahrscheinliche Gedancken/ wie die menschliche Gesundheit zuerhalten.

Weil nach Gutachten verständiger/ Leute/ die allererste Sorge des jenigen/ so ihm unbekandte Warheiten zu entdecken vornimmt/ seyn soll/ daß er wohl lebe/ und ihm darum mit gutem Vorbedacht gewisse Reguln/ darnach er sein Leben einrichte/ auszusinnen; so scheinet gewiß nicht weniger zu unterlassen/ daß er sich auch bald anfänglich bemühe/ gewisse Reguln zu überkommen/ dadurch die Gesundheit zu erhalten/ weil diese aller unserer Verrichtungen erster Grundsatz ist. Dieweil ich nun/ was das Erste anlanget/ solches in einem absonderlichen Tractat auszufertigen bemühet gewesen; ist mein Vornehmen/ diesen mit einer Provisional Medicin, das ist/ die uns so lange dienen kan/ biß wir eine bessere erlangen/ vor ietzo zustatten

zu kommen. Da ich solche Sachen vortragen werde / die zwar nicht alle auff unwiedersprechliche Weise werden erwiesen seyn/ sondern nur/die mich sehr wahrscheinlich bedüncken/und die ich/ daß sie mit der Erfahrung ziemlich bekräfftiget werden/bemercket: bin jedennoch gar bald bereit meine Meinung zu ändern/ so entweder durch mich selbst/ oder durch andere mir in zukommender Zeit/ ein grösser Liecht/in einer so dunckeln Sache erscheinen würde.

**Erstlichen** aber wil ich zeigen; was mich bedüncket durch die Erfahrung bißhero erlernet zu haben/ daß/ob wir gleich nicht so gar nach der Diæt oder Regulmäßig leben/ unsere Gesundheit nichts desto weniger nicht gar zu schwer wird zuerhalten seyn.

**Zum andern**; Welches die vornehmsten Kennzeichen die uns anzeigen/ daß wir einer Kranckheit sehr nahe seyn/ und durch was vor Mittel selbige zu verhüten?

**Drittens**; Wie die verlohrne Gesundheit wieder zuwege zubringen/oder/ wenn man mit Kranckheit behafftet/ welches die allersichersten Mittel/ so uns die Erfahrung lehret/ vermittelst deren wir wieder davon können befreyet werden?

## Der erste Theil.

WAs das Erste anlangt / gestehe ich daß die Gesundheit zu erhalten/nichts herrlicher sey/ als eine gute und ordentlich eingerichtete Diæt, durch welche wir viele und vielerley Speise und Tranck vermeiden/ sie zu bestimmter Zeit gebrauchen/ und den Leib durch allerhand Ubungen/jedoch

daß

daß sie nicht allzuhefftig/ offt bewegen. Denn/indem dieses eintzig und allein inacht genommen worden/ haben viele den ordentlichen Lebenslauff ohn einzige Kranckheit sehr viel überschritten: Wie dieses absonderlich durch eine merckwürdige Experientz an sich selbst erwiesen Cornaro ein Venetianischer Edelmann/wie er solches beschreibet in seinem Tractatu de Sobrietate. Diesem könten noch eben dergleichen Reguln zugethan werden: nemlich/daß es sehr gesund sey/ wenn Speise anzunehmen/daß der Magen erst mit warmer Suppen dazu vorbereitet werde: Denn man bemercket/daß/so dieses geschicht/der Appetit vermehret/und hingegen/wenn er schon zum allerbesten/und man vor Essen einen sehr kalten Trunck zu sich nimmt/ fast gar benommen werde. Absonderlich haben daher alte Leute auch nicht geringen Nutzẽ/weñ sie die meisten Nahrungs-Mittel sehr warm zu sich nehmen. Weiter werden wir innen/ daß / die Verdauung leichter zu vollenden diene / wenn die Speise mit den Zähnen wohl zermalmet oder zertheilet / oder / so dieselben durch das Alter sehr abgenommen/ die Speise vorerst sehr klein zerschnitten wird. Und so könten viel andere Sachen eben zu diesem Absehen beygebracht werden: Als daß sehr verträglich alle Glieder des Leibes wider die Kälte wohl zuverwahren: Den Orth/wo wir unsere meiste Jugend zugebracht/ wegen unzehlbarer Sachen / daran sich unsere Natur gewöhnet/nicht viel zuverändern/rc. Aber ich muß bekennen/ daß diese und dergleichen Sachen vielmehr von denselbigen können in acht genom̃en

werden / die ein einsames Leben führen / oder die selbst / wie man sagt / ihre eigene Herren seyn / welches beydes und allezeit / die gantze Lebens-Zeit durch / sehr schwerlich zuerhalten. Und können folgbar dergleichen Reguln nicht sehr vielen dienlichen seyn. Ja ich habe in acht genommen / daß im Gegentheil vor die jenigen / so nicht ihre Freyheit haben / solche Speise und Tranck zuerwehlen / die sie belieben / nichts schädlicher als dergleichen Diæt sey. Denn diese / wenn sie nur ein wenig von dem / wie sie zu leben gewohnet / abzuweichen gezwungen werden / fallen gemeiniglich in sehr große Kranckheiten; Und / wo sie die gewöhnliche Art zu leben zu sehr überschreiten / folget vielmahl gar der Todt. Und habe ich insgemein erfahren / daß die / so nicht alles ohne Unterscheid / was ihnen vorkomt / noch auch in grosser Menge essen und trincken / und dieses zu thun sich an eine gewisse Zeit binden / solches aber nicht immer genau in acht nehmen können / daß diese / sag ich / gemeiniglich von schwächerer Gesundheit / als die solches keines weges in acht nehmen / seyn. Dannenhero höret man die Leute offt / (die weil sie hierauff nicht acht haben) sich verwundern / warum die jenigen / so doch sehr genau auf sich sehen / indem was sie essen und trincken / und die im übrigen in allē ihren Verrichtungen gar ordentlich verfahren / dennoch öffters mehr krancken / als diejenigen so doch grosse Excesse bey allen diesen zu begehen pflegen. Darum auch die / so solches erfahren / dahin geneigt zu seyn scheinen / daß sie sich einbilden / es sey nützlicher / daß man gar keiner gewissen Ordnung bey allen solchen

chen folge/ als derjenige/so die Gewonheit eingefüh-
ret hat/ in welchen sie aber auch nicht weniger sich
betrogen befinden/ wie so diese Kranckheiten/ von
welchen sie zum öftersten angegriffen werden/ihnen
leicht das Wiederspiel weisen. Unter diesen beyden
Excessen nun (da theils eine gute Diæt in achtge-
nommen wird/aber nicht allezeit: theils der blossen
Gewohnheit gefolget/ das ist gar keine Regul in
Obacht genommen wird) meine ich ein Mittelmaß
durch folgende Reguln vorzustellen.

## Die erste Regul.

Daß wir unsere Natur/ wenn wir in dem
Zustande sind / in welchen unsere Kräffte bey
guter Stärcke/gewöhnen sollen; daß sie nicht
allein alles wiedrige / was uns Ordinair
in diesem Leben begegnet / vertragen lerne;
sondern auch mit etwas / jedoch nicht allzuü-
brigen Excesse: das ist / allzu grossem Durst/
und Enthaltung von Essen / und hingegen
auch wiederum zu etwas überflüßiger Speise
und Tranck/ zu vielerley Arth von Speiß und
Tranck: Und hingegen auch/die etwas schlech-
ter / zu grosser Kälte und Hitze außzustehen:
zu sehr mühsamen Verrichtungen und der-
gleichen.

## Beweißthum.

Dessen Ursache ist/dieweil ich angemercket habe/
daß dergleichen unsere Natur viel stärcker mache/
daß sie fast alles auszustehen geschickter / und also
nicht leicht von geringen Sachen / die ihr zuwieder
seyn/überwältiget werde. Also sehen wir/daß die

dem Kriege nachfolgen / ungeacht daß sie unzehlich Ungemach / und vielmahl ihrer Gesundheit sehr zuwiederlauffende Sachen zu versuchen gezwungen sind / nichts destoweniger eine sehr starcke Gesundheit haben / und so sie in Kranckheit gerathen / eine sehr dauerhafte Natur sie zu überstehen. So sehen wir gemeiniglich auch / daß die / so etwas bey Jahren / wenn sie viel / ihrer Gesundheit zu widerlauffenden Dinge / dulten müssen / viel zuthun vermögen / das andere nicht ohne grossen Nachtheil ihrer Gesundheit verrichten können. Und die Weibes Persohnen / nicht aus Beschaffenheit ihrer Natur / sondern weil sie so zärtlich erzogen / können viel Sachen nicht verrichten / daß sie nicht daher sich grosses Ungemach zuziehen / welches die Manns-Personen / ohne daß sie einigen Schaden davon hätten / leicht zuthun vermögen / dieweil sie ihre Natur mehr zu dergleichen gewöhnet haben. Auch werden diejenigen / die den Leib durch viele Ubung zu allerley geschickt gemacht / oder auch durch hefftige Bewegungen geübet haben / allezeit einer solchen Gesundheit / welche den gewöhnlichen Kranckheiten viel leichter wiederstehet / geniessen. Wie schädlich es aber sey die Natur / dieser Regul zuwieder / an gewisse Sachen zugewöhnen / oder an eine gewisse Lebens-Art / und doch nicht von sich absolut dependiren / habe schon vorgebracht / als ich von denen / die eine Diæt, aber nicht allezeit in acht nehmen / geredet; Dieses wil ich hier nur beyfügen / welches auch gnug bekannt / daß die / so den Leib wieder die Kälte allzusehr verwahren / sich nicht wohl befinden / wenn sie dieses

ändern;

ändern: da andere / wenn sie schon halb nackend und bloß in grosser Kälte herum gehen/dennoch keinen Schaden der Gesundheit empfinden Und was ist gemeiner/ als daß/ die den Kopff bey Nachte zu bedecken im Brauche haben / wenn sie dieses auch nur eine eintzige Nacht unterlassen ! dadurch beschweret werden? da hingegen die so niemahls/ auch gar im Winter den Kopff nicht verhüllen/ weder Kälte noch Kopff-Schmertzen/als wie die/so dieses unterlassen/innen werden. Wie weit aber dieser Regul zu folgen / daß solche Excesse nicht zu allzugrosser Ubermaaß ausschlagen/wird ein jeder durch sich selbst am besten wissen können: Wie ich nemlich gesagt / nachdem ein jeder seiner Kräffte Vermehrung oder Minderung an sich selbsten verspüret; Daher dieses absonderlich in der blühenden Jugend in acht zunehmen / da freylich wohl sehr fürträglich/daß wir die Natur zu allerhand Sachen angewöhnen; nicht aber alsdenn/ wenn wir empfinden / daß die Kräffte Alters wegen ins Abnehmen gerathen. Wiewohl auch alte Leute sehr übel thun / daß sie ihre Natur ordinar nicht besser angreiffen. Denn durch so vieles Stillsitzen werden ihre Beine unbewegsam/ der Rücken krumb/der Appetit nimmt ab/ꝛc. Da ich hingegen Leute von etliche 80. Jahren gesehen/welche/dieweil sie durch hin und wieder lauffen oder reiten sich sehr beweget / so wohl zu Fusse als andere gewesen/und mit so gutem Appetit gegessen als geschlafen. So aber ja diese Regul/in dem allerweitesten Verstande genommen/ in etwas verstiesse / wird derselben durch folgende

leicht gerathen werden / die diese in einen etwas engern Verstand einziehet/ auff welche ich gefallen/ als ich versuchen wollen/ wie weit man dieser beym Essen und Trincken folgen könte/ und auch hernach in andern Sachen/durch welche unsere Gesundheit absonderlich scheinet vermehret oder vermindert zu werden. Ich habe aber hieraus genommen.

## Die Andere Regul.

**Daß / wenn wir Speisen zu uns nehmen wollen/ man sie nicht kosten müsse / umb zu wissen/ ob sie uns gut oder nicht: Ist auch nicht nöthig sich wieder zuerinnern/ ob sie uns zu ander Zeit einen guten Geschmack verursachet oder nicht/ als wie fast alle alsdenn zu thun pflegen; sondern man soll sich schlechter dinges/ weder daß man sie koste/ noch einzig Absehen auff das vergangene habe/ der Speisen Geschmack wohl einbilden/ und als wenn wir sie gleich zu uns zunehmen Vorhabens wären. Denn alsdenn/ wenn wir bey uns innerlich eine Lust dazu bemercken/ werden wir befinden/ daß sie unserm Leibe sehr dienlichen seyn: so fern wir aber eine Abkehr/ Eckel oder Verdruß darob haben/ daß wir selbige zu uns nehmen/ sie uns sehr schädlichen befinden: und je grösser oder weniger der Appetit oder Verdruß/ je mehr werden sie uns entweder schaden oder dienen.**

## Beweißthum.

Die jenige/ so diese Regul durch den Gebrauch noch nicht selbst gut befunden/ werden dero Warheit

heit leichter erfahren, wenn Anfangs die Speise/ oder der Tranck nicht zugegen/ indem sie sich einbilden werden/ als wenn sie selbige gleich zu sich nehmen wolten. Denn/ wenn sie abwesend/ so geben sie ordinar den Leuten so starcken Jndruck/ daß sie vor solchen leicht den innerlichen Abkehr oder Wiedersinn/ und daß es ihnen schädlich/ empfinden. Aber es ist auch wol zu observiren/ was ich gesaget/ daß wir uns nicht ein bilden/ wie uns dergleichen vormahlen wohl geschmecket. Denn / wann wir das thun/ so wird eben derselbige Appetit wieder erneuert/ und wird machen/ daß wir die innerliche Unlust/ so wir eine wieder sie haben/ nich vermercken. Dahero geschichts / daß die wenigsten dieser Regul Warheit begreiffen. Aber es hindert solches nichts so sehr/ als wenn wir die Speisen selbst würcklich kosten. Denn es sind sehr viele unter denselbigen/ die uns einen guten Geschmack erwecken/ und uns dennoch schaden: und so auch im Gegentheil. Dessentwegen verhindert dieses sehr/ daß wir den innerlichen Wiedersinn/ so ja einer wäre/ nicht empfinden. Wenn man nun dieses alles unterläst/ und dagegen, was ich gedacht daß wohl zu observiren seye/ in acht hat/ glaube das alles/ was ich in dieser Regul vorgestellet/von andern nicht werde geläugnet werden. Vornehmlich/ wenn sie über diß auff diese sehr gewöhnliche Sachen werden Auffsicht haben; daß nemlichen wenn wir genung. Speise zu uns genommen/ und andere uns antreiben mehr zu essen oder zu trincken/ wir als denn gleichsam einen Eckel wider selbige

ge vermercken: Und wenn wir andern in diesem ein Genügen thun/werden wir wenig hernach bey uns empfindē/daß es besser gewesen/wenn es unterwegenblieben. Aus eben der Ursache weñ wir nach geendigten Gastereyen uns übel befindē/und uns alle Speise vorbilden/ die wir gegessen/ so wir auff die Speise kommen/die es uns verursachet/werden wir einen sonderbahren Eckel gegen dieselbe in uns bemercken. Und daher geschichts/daß die/ so viel getruncken uud andern Tages übel auf seyn/ so einen grossen Abscheu vor dem Wein und Bier zuerkennen geben/ daß sie offt bezeugen / wie sie solches kaum ansehen können. Dannenhero wissen auch die Leute/ wenn sie so plötzlich kranck werden/ gar offt/ woher ihnen diß entstanden/ob sie gleich nicht eben solches sagen/umb die Thorheit/so sie begangen/vor andern zuverbergen. Also weiter/ die nicht gewohnt sind allzuspät in der Nacht oder allzufrühe zu essen oder zu trincken/ wenn sie genöthiget solches zu thun/werden sie nicht allein einen grossen Wiederwillen gegen solches innen werden/ sondern auch Schaden/so sie sich damit thun/vornemlich alteLeute Ferner ist an etlichen Orten der Brauch/ daß Wein und Bier zugleich auff die Taffeln gesetzet werden / und denn werden wir observiren / daß nicht alle Speise und Unterscheid uns Appetit zum Wein oder Bier erwecken/ und wie wir hierinnen dem innerlichen Appetit zuwider seyn oder Folge leisten/ so wird unß auch dieses mehr schaden oder dienen. So sehen wir endlich auch bey vielen Krancken/wenn sie anfangen gesund zu werden/daß sie zu sauren Sachen Appetit haben

ben/und ihnen deren mässiger Gebrauch sehr wohl bekommt. Ich könnte nun weiter auff besondere Sachen kommen: als daß auff die Milch weder zum Wein noch Bier ein Appetit sey: daß beym Schöpsen fleisch oder fettē Speisen/absonderlich die da zugerin nenpflegen/ das Bier zuwieder/der Wein aber annehmlich falle ꝛc. vielleicht aber würde dieses nur bey mir oder wenigen eintreffen/ deßwegen ich solches vielmehr verschweige: doch kan ich nicht unterlassen darzustellen/ daß ich auch der Gewißheit dieser Regul/ wenn ich kranck gewesen/ sehr seye versichert worden. Und so habe ich gesehen/ daß auch andere gewisse Speisen/ die ihre Natur sehr verlangete/ so ihnen aber die Medici überaus verbothen/ ja den Patienten offt durch deren Geniessung / den unfehlbaren Tod vorhero prophecceyen wollen: zu sich genommen/ dadurch sich aber wieder gesund gemacht. Ob ich auch gleich sehr zweifele/ daß dem Krancken diese Regul allzeit diene; so kan ich doch vor gewiß versichern/ daß/ da ich gesund gewesen/und dieser Regul gefolget (nicht zwar gäntzlich allezeit/ was den Appetit antrifft/ aber wohl was den Widerwillen gegen etwas anlangt/) mich nicht wisse zubesinnen/daß jemahln hierin betrogen worden: zum wenigsten habe nicht alsobald sonderbahre Zufälle verspüret: da doch bald/ wenn ich etwas nur dieser innerlichen Abkehr zuwider gethan/ (das ich vielmahl mit Fleiß umb solches besser zu untersuchen verübet) so habe gleich Schmertzen/ Drückungen im Magen/Schlucken und dergleichen Veränderungen darauff bey mir gemercket/ die mir allezeit gewisse Kennzeichen zu seyn schienen/ daß ich

ich etwas zu mir genommen/ welches der Speise im Magen wohl zu verdauen zuwieder. Weil aber alle/ wenn sie frisch und gesund/ sehr selten auff dieses/ was bey ihnen innerlich vorgehet/ und auch nicht auff eine solche Arth/ wie ich es in der Ubung dieser Regul absonderlich verlange/ achthaben; bilde ich mir ein/ daß die wenigsten/ wie von so grossem Nutzen selbige sey/ durch die Erfahrung erlernē werden. Deßwegen wil ich eine leichtere vorbringen/ da garnicht wird von nöth seyn/ sich an gewisse Sachen zu binden/ oder/ was inwendig bey uns vorfället/ zu rathe zu ziehen; sondern vielmehr den Geschmack: welcher Regul Nutzen sehr scheinbar wird bemercket werden und diese wird gegenwärtige durch unzehlbahre Exempel noch weiter bekräfftigen. Denn als ich dieser Regul genau folgete und wol Acht gabe/ welche Speisen eine Lust oder Wiederwillen in uns erwecken/ und wenn deren viele vorhanden/ in was vor Ordnung der Appetit sich bey denselbigen erfinden lasse/ habe erfahren.

## Die dritte Regul.

Daß wir im Essen und Trincken gar unordentlich verfahen können/ und wir dennoch einzigen Schaden / so plötzlich darauf folgete / nicht vermercken / wenn wir nur auf das/was dem Geschmack sehr verschieden vorkommt ( als da seyn feuchte und trockene Sachen/ fettes und magers ꝛc. ) acht haben/ daß wir dieselben also wechselweise im Essen zusammen verfügen / daß gleichsam damit eine gleichmäßige Vermengung derselbigen ent-

entstehe: Diejenigen aber so dem Geschmack nach sich etlicher maassen zuwieder scheinen (als süsses und sauers/ gesaltzen und ungesaltzen/warmes und kaltes 2c.) wenn wir bemercken/ daß wir derer etwas zuviel genossen/wir hierauff andere/die den ersten entweder ein wenig oder gäntzlichen contrair seyn/ gebrauchen sollen/damit also die Excesse einiger massen unter sich corrigiret werden.

## Beweißthum.

Diese Regel stimmet so sehr mit der Erfahrung überein/ daß/wenn wir wohl auf dergleichen acht geben/ befinden werden/ daß dieses meistentheils fast von allen/ als welche die Natur selbst dazu anreitzet/in acht genommen werde. Also lehret uns solches die Natur selbst bey dem Essen und Trincken/welches wir wechsels-weise gebrauchen. Und daher setzen wir/ daß auch die Thiere/ wenn sie viel trockene Sachen gegeben/ aus blossem Antrieb der Natur/sich vielmahl zum Wasser/ das doch sehr abgelegen/und mit schnellen Fluge begeben. Wie dieselbigen Speisen unserer Natur dienstlich seyn/ da man zugleich essen und suppen kan/ wird denen bekannt seyn/ so diß offt verursachen. Ja auch selbst unter den essenden Wahren erfahren wir/ daß/ wenn wir zuviel Speisen die allzufeucht/gegessen/und darauff andere/ die trockener sind/ zu uns nehmen/ solches uns sehr wohl diene. Also wenn ich Obst oder Früchte/ so sehr feuchte/ in grosser qvantität genossen/ habe ich nicht observiret (daß mir es schädlich sey/ so ich nur

nur andere Früchte/ oder andere Art von Speisen/so nicht sehr feucht/ oder auch nur gar ein bißgen Brod dazu genossen. Und weil dieses ordinar nicht in acht genommen wird / werden offt Durchlauff und andere dergleichen Kranckheiten verursachet. So auch wenn ich schon genöthiget gewesen allzuviel zu trincken/ hat es mir gantz nicht geschadt/ so ich nur etwas dabey essen können/ und wenn es auch nur Brodt gewesen wäre. Wiewohl hierbey was die feuchte und trockene Sachen betrifft diß noch zubemercken/daß allezeit/die feuchte vor den trockenen in weit grösserer qvantität müssen gebrauchet werden/massen des Leibs Nahrung fast meistens durch fluide Sachē unterhalten wird. Welches auch ordinar im Essen und Trincken wenn man acht drauf hat/leicht zuerkennen indem nebenst dem Geträncke Suppē uñ Tuncken mit dem gekochten uñ gebratenen/oder dariñ befindliche Saft genossen wird/und also die fluida die torckenen weit weit übertreffen/hergegen weñ Leute die es nicht groß in acht nehmen/und die trockene Speisen zu grosser qvantität geniessen wie bey gemeinen Leuten/ und andern so bey angehendem Alter offt geschicht/so siehet man wie sie bald verfallen / und geschwinde zu altern scheinen/welches bey Krancken besonders auch zu meiden/ wovon in der 10ten Regul ein mehrers. Weiter/ wenn wir zuviel süsse Sachen zu uns nehmen/ist es mit sauren/oder die nicht süsse so zuverbessern; so habe erfahren/wenn zu viel Wein getruncken/ daß mir kein Ubel verursachet/wenn nur mit Speisen

sen/ so auf einige Arth säuerlich / mit Citronen-Safft oder dergleichen hernach dem Magen geholffen. Daß/was allzusehr gesaltzen / grossen Durst erwecke/ ist allzuwohl bekannt / aber wenn nur bald darauff Speisen/ die gar nicht oder wenig gesaltzẽ gegessen/ habe auch verspüret/ daß dieses also corrigiret werde. Was aber solches vor Schaden bringt/ wenn dieses unterlassen wird/ wird man am besten an allen Orten / die an der See gelegen / gewahr/ alwo man meistens gesaltzene Fische end Fleisch gebrauchet: Und vieleicht entstehet daher / der allda gewöhnliche Scorbut und andere dergleichen Kranckheiten. Es fehlet auch weiter kein Exempel deren/ die mit sehr kalten Speisen / die sie in grosser Menge und stets gegessen/ und dennoch nicht mit einem warmen Magen/ wie man zu sagen pfleget/ versehen gewesen/ sich beschwerliche Zufälle verursachet. Und weñ wir all zuwarme Speise genossen/ befindẽ wir daß es uns wohl thue/ wenn wir darauff erkühlende/ oder die nicht so warm seyn/ zu uns nehmen; absonderlich/ wenn wir des Weins allzuviel getruncken/ dienet es sehr kühlende Träncke hierauff zu uns zu nehmen/ welches wenn es nicht in acht genommen wird/ und mehr erhitzende Sachen überdiß hierzu gebrauchet werden/ offtermahls hitzige Fieber/ oder sehr grosse Kranckheiten verursachet/ wie fürnehmlich dieselben auch erfahren / die in sehr warme Länder verreisen/ und sich alldar der hitzigen Weine allzusehr gebrauchen / daß sie mit Kopff-Kranckheiten / hitzigen Fiebern / und der-

glei-

gleichen befallen werden/welches doch andern gar nicht wiederfähret/die bey dergleichen Zustande/ die allda befindliche durch Kunst gefrorne Wässer gebrauchen. Ubrigens/ was solche corrigirung dergleichen Excessen vor schleunige und bald empfindliche Hülffe thue/ habe ich öffters aus diesem einzigen gesehen/daß wenn Leute von dem Schlucken durch keinerley Weise sich abhelffen können/ auch nicht durch den Trunck/wie man solchen sonst gemeiniglich hiermit vertreibet / gleich in instanti davon befreyet worden/ so bald sie nur den sauren Saft aus den Citronē zu sich genomen:welches alles bißhero erzehlte dieser Regul Warheit sattsam vorzustellen scheinet. Dieses aber machet diese Regul sehr leicht / daß zwischen zweyen unterschiedlichen oder etwan widrigen / viel dergleichen einerley Art sind / bey so grosser Menge der Speisen die wir haben / und das nichts verschläget/welche wir gebrauchen/ die wir so mit andern vermengen/oder mit welchen wir hernach die Excesse, so wir bey uns vermercken/corrigiren/wenn es nur/als itzt gedacht/durch solche geschicht / die unterschieden / oder etwas den Ersten zuwider seyn ; Also habe öffters mit vieler anderer Verwunderung bald Früchte / bald Speisen/ sattsam untereinander gemischt: Ja ich habe bald alleine vielerley Speisen oder allein vielerley Obst oder Früchte/ in einer sehr ungewöhnlichen Ordnung gegessen / und doch nicht empfunden/ daß sie mir in einerley Weise geschadet/wann nur dieser Regul genau gefolget/ und also nach selbiger gar ordent-

dentlich verfuhr / ob es andern gleich sehr unordentlich zu seyn schiene / indem es der ordinaren Gewohnheit sehr zuwider lieff. Und dannenhero kan diese Regul freylich wohl sehr leicht observiret werden/ ob wir gleich gezwungen sind sehr unordentlich zu leben/ vornehmlich bey Gastereyen/ wo so viel unterschiedene und auf allerley Arth zugerichtete Speisen auffgesetzet werden; und daher wird sie uns alsdenn vornemlich wo ordinar sehr grosse Excesse wider die Gesundheit begangen werden/ nützlich seyn / umb alle das Ubel/ so uns daher entstehen könte/ zu vermeiden. Und so sie ja auch in einiger Sache zuviel thäte/ ist es nicht zu schwer / durch die vorhergehende Regul/ aus welcher diese entsprungen/und daher generaler ist/solche zu corrigiren. Bilde mir auch festiglich ein/daß der/ so diese beyde Reguln wohl durch eigene Erfahrung erlernet/ sehr leicht/bey grosser Vielheit der Speisen/wird wissen können/nicht allein was er essen oder trincken solle oder nicht / (welches absonderlich die vorhergehende lehret/) sondern auch in was vor einer Ordnung es hintereinander geschehen müsse /( welches vornehmlich aus gegenwärtigen zu erlernen)daß dieses die Gesundheit mit nichten so verletze/ wie es insgemein geschiehet/und alles dieses viel besser von sich selber/als ein ander/ wer es auch sey/ wenn es auch der erfahrneste Medicus selbst / ihm anzuzeigen vermöchte. Er wird aber daher erkennen/der solches versuchet / daß es viel besser sey / die Natur zu vertragen anzugewehnen/ wenn wir zumahl

von uns nicht absolutè dependiren/wie es die erste Regul erfordert/als welcher / wie weit ihr zu folgen sey/ in selbigen Sachen/so unsere Einbildung und Geschmack auff vielerley Weise afficiren/ ich bißhero in der andern und dritten Regul erkläret habe. Jetzo will weisen/wie weit ihr bey dergleichen Sachen zu folgen sey/ die unsern gantzen Leib auff vielerley Art afficiren. Ist darumb zu mercken.

## Die vierdte Regul.

Daß/ obschon die Gesundheit viel sicherer von dem erhalten wird/welcher einen zu allen widrigen Sachen angewehnten Leib hat;so ist doch unterdessen sehr zu meiden / daß solche Sachen/die gäntzlich einander contrar seyn/alsobald aufeinander folgen: und wenn wir ja gezwungen werden solches zu begehen/sich dahin/als möglich / zu bemühen sey/daß wir uns derselben gleichsam Stuffenweisse oder allgemählig angewehnen.

## Beweißthum.

Daher/ wenn wir sehr erhitzet und uns zu bald an die Kält/begeben/erfahren wir/daß sehr schädlich sey. Dieses erfahren in der That diejenigen/ die auß dem Bade/einem warmen Bette/oder/weil sie von wärme schwitzen/sich bald in die Kälte machẽ/oder darauf einen kalten Trunck thun : da es alsdenn zu verwundern / wie so geschwind unsere Kräffte/und wie sehr sie geschwächet werden; daß viele dem Tode näher scheinen/ob sie schon etliche Augenblicke zuvor der allerbesten Gesundheit genossen:

noßen; da hingegen / ob schon im Bette/wegen allzugrossene Schwitzens / alles unser inwendiges sehr erwärmet / so man nur gemählich sich an die Kälte begiebet/ dieses gar nicht nachtheilig ist. Und daher ist der Irrthum entstanden/daß man insgemein glaubet / daß das Schwitzen unsere Kräffte sehr schwäche / da doch dieses vornemlich deme zu zuschreiben/ daß die Leute allzu ungeduldig/und sich daher viel geschwinder/als billich geschehen solte/ie die frische Lufft machen. Ich habe offters / wenn durch allerhand Leibes- Exercitia sehr erhitzet / gleich durch Kunst gefrohrne Wasser/ deren oben gedacht/zu mir genommen / und doch keine Ungelegenheit daher empfunden/weil nehmlich auf jedesmahl nur ein wenig/wegen allzu grosser Kälte kan genossen werden / und die innertiche Hitze/so eine geringe Qvantität alsobald zerschmeltzet/ daß dieselbe/ weil es auch nur also fast Tropffen weise in den Magen kömmt/ nicht vermögend grosse Alterationes zu verursachen. Da ich im Gegentheil gesehen/ daß/ wenn andere / in solchem Zustande / nur allzu begierig Bier getruncken/ sie in so grosse Kranckheit gerahten / daß sie sich kaum wieder davon erholen mögen. Im Gegentheil bekommt dieses auch nicht wohl denjenigen / so allzu grossen Frost außgestanden/ wenn sie sich bald in allzu grosse Hitze machen/welches etliche mit so grossem Schaden versuchet/ daß/ indem sie Händ oder Füsse / bald in sehr heisses Wasser gethan/ oder bey grossem Feuer gewärmet / sie gezwungen gewesen / sich solche abtrennen zu lassen / damit nicht auch das Ubel/ so sie

davon

davon erlangt/die andern Glieder angegriffen. Daß diejenigen/ die sich an eine gewisse Arth zu leben gebunden/ wenn sie solches geschwinde ändern / grosse Alterationes erdulten müssen: und wiederum andere/ die ihren Leib nicht sehr beweget haben/ wenn sie bald allzu hefftige Exercitia treiben/in schwere Kranckheiten fallen/ bezeuget auch zur Gnüge/ wie gefährlich es sey/von einer Extremität geschwinde zu der andern schreiten; hierauß erlernen wir auch wiederum/wenn geschwinde und merckliche Veränderung der Hitze und Kälte/sich in der Lufft ereignen/ sich alsdenn allerhand Anstösse/auch bey gar gesunden/offt jähling verspüren lassen. Wie denn auch absonderlich eben dahero alte Leute bey Frühlings- und Herbstzeit/ wenn sie sich nicht in acht nehmen/ gemeiniglich/mehr als zu anderer Zeit mit Kranckheit befallen werden. Durch eben diese Regul werden wir auch ferner erinnert / daß / wenn wir vormahls gewisse Speisen mit sonderlichem Appetit genossen/sehr zu verhüten sey/daß wir sie nicht/wen̄ wir wieder darzu kommen / nach unserm Appetit zu uns nehmen. Also habe ich allezeit einen sonderbaren Appetit zu gewissen Speisen vermercket/ wenn ich auß frembden Ländern wieder nacher Hause gelanget/daß/wenn ich mich nicht derselbigen enthalten/und allgemählig wieder hiezu gewöhnet/ ohne Zweiffel kranck worden wäre. Und ist dieses vielleicht die rechte Ursache/ daß viele/ wenn sie von ihrer Reise ins Vaterland gekehret / in kurtzen entweder grosse Kranckheiten oder gar den Tod erdulden müssen; nicht allezeit/wie insgemein dafür

ge-

gehalten wird / daß sie sich dessen Ursache in der Frembde zuwege gebracht. Ferner verändert auch sehr die Gesundheit / wenn wir auß einer Lufft/ die wir gewohnet/bald in eine andere kommen/ die uns mit wiedrigem starcken Geruch erfüllet/ wie alle erfahren / die geschwinde neugetünchte Häuser beziehen/gestalt auch die des Morgens bey frischer Lufft lange unbekleidet sitzen/ oder durch arbeiten sich erhitzet/ und hernach stille sitzen/ an Armen und Beinen grosse Mattigkeit empfinden/imgleichen verursachet es Alterationes, wenn Leute viele Zeit in warmen Stuben zugebracht / und hernach bey kalter Lufft durch Reden solche häuffig in sich ziehen: oder durch grosse Bewegung des Gemühtes/sich geschwinde und hefftig erzürnen / oder in der Nacht/ wenn sie sich zu warm befinden / die Bette von sich werffen/oder nur die Beine herauß in die kalte Lufft strecken. Und so könte ich noch vielerley Würckungen/ dergleichen jähligen Veränderungen erzehlen; aber es ist an deme überflüssig und wird besser seyn/ daß ein jeder selbst darauff acht habe/ und also mit Schaden klüger werde. Wie denn diese Regul gleichsam der rechte Schlüssel ist/ dadurch ein jeder seine Natur/ und was derselbigen schädlich oder nützlich so wohl zu entdecken vermag/ daß es ihme nicht wohl eintziger anderer Mensch wird sagen können / massen so bald man bey guter Gesundheit einige jählige Veränderung bey sich wahrnimmt/so hat man auff nichts anders acht zu haben/ als nur eintzig und allein auf das/was man vorhero gethan/ ea gantz contraire Sachen auff einander gefolget/

so wird man leicht die rechte Ursache erlernen / und solche ins künfftige vermeiden können. Und wenn man dieses offte practiciret auch nicht allzu unordentlich lebet/so wird nicht leicht die geringste Veränderung bey uns vergehen / daß man nicht dessen rechte Ursache gewisser penetriren solte / als es der beste Medicus einem würde sagen/und also was seiner eigenen Natur verträglich gantz gewiß durch sich selbst am besten errahten können.

Dieses sind also die vornehmsten Reguln/ die ich auß der Erfahrung gelernet / daß sie zu Erhaltung der Gesundheit sehr ersprießlich ; Ich will aber daß wohl gemercket werde/daß eben nicht nöthig sey/indem uns unsere Kräffte sehr guter Gesundheit versichern / daß wir eben an selbige uns so genau in allem binden wolten/nur daß auch nicht allzu hefftig und allzu offte darwieder gesündiget werde. Was ich aber jetzt im andern Theile anzuzeigen mir vorgenommen/ muß viel vollkommener in acht genommen werden/wo wir/daß wir nicht in grosse Kranckheiten fallen sollen/ vermeiden wollen.

## Der Andere Theil.

Indem ich aber solches zu unternehmen mir vorsetze/ werden sich die Leser vielleicht dessen verwundern/ warumb ich hier diejenigen Merckmahle erklähren wolle/so uns/daß wir einer Kranckheit sehr nahe seyn/anzeigen/dieweil es das Ansehen hat/als ob solches ohne diß genugsam bekannt sey ; sintemahln gemeiniglich kein ander Zeichē dessen wissend

ist/

ist/als wenn ungewöhnliche grosse Schmertzen empfunden werden/oder eine solche grosse Schwachheit der Kräffte / daß man nicht außgehen kan/ oder sich gar dessentwegen zu Bette legen muß. Aber dieses sind nicht sowohl Anzeigungen / daß wir einer Kranckheit nahe/als vielmehr/daß wir schon würcklich damit behafftet seyn/oder daß die Kranckheit bereit solche Kräffte erlanget/daß sie sich unser Gesundheit entgegen zu setzen vermögend / nicht aber daß selbige in ihrem Ursprunge und Anfange alsdenn sey/ allwo selbst vielleichter in unserer Macht/ solche zu hintertreiben ist/ nach dem gemeinen Sprüchwort: Principiis obsta &c. Und von diesen will ich jetzt meine Anmerckungen vorbringen/ da vertraue/ daß solche auch andern nicht undienlichen seyn werden. Damit wir aber die rechten Kennzeichen dessen / so am öfftersten vorkommen/auch gleichsam die allerersten seyn/ auß welchen alle andere darnach entspringen/ wohl determiniren/ ist zu mercken/ daß absonderlich täglich drey Zufälle sich bey jeden Menschen ordinar ereignen/ welche wohl zu erwegen/ wie wir uns hierbey befinden. Worauß leicht zu schliessen seyn wird/ ob solche/und wie sie geändert werden/so fern eine Kranckheit einigen Anfang gewinnen will. Diese drey Vorfälle aber sind / wenn man erstlichen nichts grosses verrichtet: dann/ wenn man speiset/ und drittens / wenn man seine ordinare Verrichtungen hat. Bey dem Ersten/ wenn man gesund/ wird man eine grosse Leichtigkeit aller seiner Gliedmassen empfinden: Bey dem Andern / einen guten Appetit, wenn Essenszeit vorhanden: Bey dem

Dritten/daß man ohne grosse Mühe/was man stets gewohnet/leicht verrichten könne. Auß welchem deñ klar/daß die allergemeineste/gewisseste und allererste Kennzeichen eines Anfanges einer Kranckheit seyn/ wenn man eine ungewöhnliche Schwerigkeit aller Gliedmassen empfindet/ kein Appetit zum Essen vorhanden/ oder auch endlich bey ordinairen Verrichtungen eintzige Mattigkeit ; absonderlich wenn dieses alles etwas also anzuhalten fortfähret / wie wie man sich aber bey dergleichen zu verhalten/ werde in Drey folgenden Reguln vorstellen.

## Die Fünffte Regul.

**Daß man bey sich wahrnehmen müsse / ob die Leichtigkeit aller Gliedmassen unsers Leibes verringert werde/das ist/ob unsere Glieder nicht so leicht als ordinar, sondern vielmehr sehr schwer zu seyn scheinen / da es doch nicht gleich nach der Mahlzeit / oder da man sich sonst etwan durch vieles Essen überladen. Alsdenn / weil ein mehrers in unserm Leibe/ als ihm nöthig/ verhanden zu seyn scheinet/ ist es durch öffters Schwitzen herauß zu treiben.**

## Beweißthum.

Dieweil wir in so grosser Menge / und so offt alle Tage essen/ daß alles/ was zu unser Nahrung überflüssig / die innerliche Wärme kaum außzutreiben vermag / kan sich dieser Uberfluß leicht so sehr häuffen/daß er vielmehr unsern innerlichen Leibes-Würckungen hinderlich als förderlich ist/und daß dahero alle unsere Gliedmassen sehr schwer zu seyn uns vorkommen ; deswegen scheinet nicht bald/ erstem Ansehen

hen nach / ein bequemers Mittel zu erdencken zu seyn/daß alle Leibes Glieder zugleich und auff einerley Weise/so Naturmäßig könte angreiffen/als wenn wir der innerlichen Wärme zu Hülffe kommen und dergleichen durch Schwitzen suchen abzutreiben. Es ist mir zwar genug bekannt/ daß alle sehr ungerne hieran wollen; weswegen ich auch hernach anzeigen will/auff was vor eine Manier solches könne angestellet werden/ daß es gar leicht und ohne sonderbahre Verdrießlichkeit zu Werck zu richten; Aber ich gläube daß nichts nützlichers sey als dieses/ umb vielen und grossen Kranckheiten vorzukommen. Ich könte hier sonderbahre Experientien erzehlen / die an mir selbst angestellet/aber ich wüntsche/daß auch andere dergleichen versuchen wolten/ so würden sie meinen Worten desto leichter Glauben zustellen/ welches ich nicht weiß/ob es/ausser dem/von meinem Leser zu erwarten stehet ; Sie würden alsdenn in der That erfahren/ daß/ so einer sich wohl ins Bette wickelt/ so lange stille hält / biß er fühlet daß der Schweiß überall anfänget zu lauffen / und also nur eine Stunde lang alsdann auff einer Stelle verharret/eine solche Quantität desselben heraußgetrieben werde/daß/wenn man sagte/wie viel offters nur auß dem angehabten Hembde / hernach außzudrücken gewest/es schwerlich würde geglaubet werden. Ich habe in diesem also einmahl acht Tage fortgefahren/ ob ich gleich gantz gesund war / da bin ich inne worden/daß dadurch keines weges/wie insgemein dafür gehalten wird / die menschliche Kräffte geschwächet werden/sondern vielmehr das Gegentheil/nemlich ei-

ne sonderbahre Behändigkeit aller Gliedmassen/ daß mir selbst als ein neuer Mensch vorkam / so leicht/daß mein Leib mir schien/ nicht etliche wenige Pfund schwer zu seyn. Der Appetit war über die massen vermehret und schien meine Natur dadurch solche Kräffte erlanget zu haben / daß/ was ich auch vor Excesse begieng/ nicht/ wie zu ander Zeit/ bald hierauff einige Ungelegenheit empfand. Ich glaube auch festiglich/ daß/ wenn die Leute alle Jahr/ ein oder zweymahl dergleichen was anstelleten/ sie würden sich besser befinden/ als wenn sie schröpffen / Aderlassen/purgiren/laxieren ꝛc. und dergleichen Außleerungen vornehmen/als die nicht so Naturgemässe Mittel als das Schwitzen zu seyn scheinen. Aber ich lasse einem jeden die Freyheit seiner Gedancken vollkommen/und halte mich fest an diß/was mich am besten zu seyn / die Erfahrung und gesunde Vernunft lehret/und fahre also in meinem Vorsatze fort.

## Die sechste Regul.

Daß wenn wir uns zu essen/niedersetzen/und die Anwesenheit der Speisen/nicht einige Lust hierzu in uns erwecken / oder doch so eine geringe Begierde / daß wir gar leicht das Essen unterlassen könten / und dennoch zwischen der Mahlzeit nichts zu uns genommen; so sollen wir alsdenn die Speisen nicht in so grosser Menge/als wir zu thun gewohnet/zu uns nehmen ; zwischen der Mahlzeit gar nichts essen/ und im übrigen den Leib / mit äusserlicher Ubung/mehr als man sonst gepflogen/bewegen. Wenn aber nicht allein gantz kein Appetit zu

essen/sondern vielmehr eine Abkehr oder Eckel wider alle Speisen vermercket würde/so muß man sich gäntzlich einen Tag aller Nahrung enthalten / und hernach mit wenigen wieder anfangen etwas/und nachdem uns der Appetit hierzu antreibt/ zu geniessen / auch in etwas durch Schwitzen/ der innerlichen Wärme zu Hülffe zu kommen suchen.

## Beweißthum.

Weil wir dieses insgemein sehr selten in acht nehmen und vielmehr/ die Lust zu essen sey dar oder nicht / wenn es Essens-Zeit/in eben solcher Menge als wir sonst gewohnt/ die Speise zu uns nehmen/ so ist kein Wunder/daß dahero viele und grosse Kranckheiten/ offt auch bey gesunden Leuten/so plötzlich erwecket werden. Ich gebe zwar gantz gerne zu/daß die Fieber auch andere Ursachen haben können/doch ist es mir sehr wahrscheinlich/daß die meisten eintzig und allein daher/ wie jetzt gedacht / entstehen / daß diejenige Feuchtigkeit / so in unserm Leibe / dessen Nahrung fortzusetzen / sich befindet / in so grosser Menge da ist / daß ein solches der Zustand unsers Leibes nicht vertragen mag. Denn wir sehen/daß Leute von der besten Gesundheit/und in ihrem besten Alter damit angegriffen werden/da fast scheinet/daß dessen keine andere Ursache könne erdacht werden/ als daß dieser Nahrungs-Safft / in allzu grosser Menge vorhanden gewesen. So habe ich von gar gesunden Leuten gesehen/daß/wenn sie etwas begierig einige Speisen/als Austern/Fische/rc. die sie lange nicht gessen / nur in einer eintzigen Mahlzeit zu über-

übermässig zu sich genommen/andern Tages darauf in ein Fieber gefallen. Und gewiß es scheinet/ daß alsdenn keine andere Würckung daher in einem gesunden Leibe kan entstehen/als daß durch allzu grosse Menge der Speise/die man genossen/ ein auch allzu grosse Menge derjenigen Feuchtigkeit oder das Saffts/der dem gantzen Leibe Nahrung ertheilet / nohtwendig entspringe/und also meiner Meinung nach/ ein Fieber verursachet werde. Daher sehen wir auch gar leicht / warumb die Fieber am allermeisten mit Fasten können curiret werden / und warumb auch die / so mit dem Fieber behafftet/ vielmahl/ fast eine unglaubliche Zeit / sich gantz alles Essens enthalten können ? Dieweil nehmlich eine übrige Nahrung bey ihnen befindlich. Daß man aber nicht allezeit alsobald ein Fieber verspüret / ob man gleich die Speisen in grosser Menge zu sich nimmt/kan vielleicht daher geschehen / daß auch nicht alle Speisen darumb eine grosse Menge des Nahrungs-Safftes ertheilen. Vor vielen Jahren nahm ich bey mir eines sonderbahren Eckels gegen alle Speisen wahr / als ich aber unterdessen genöhtiget war/ der ordinaren Gewohnheit zu essen Folge zu leisten/ward ich plötzlich mit einem Fieber befallen / welches viele Zeit bey mir anhielt. Nach diesem/ ob ich gleich ziemlich unordentlich vielmahl leben müssen / hat mich / weil oben gedachtem nachkommen/dergleichen nicht mehr betroffen ; wenn aber andere/daß sie dergleichen bey sich wahrnehmen / mir bezeuget / habe ich ihnen gerahten von starcken Essen abzustehen / und durch Schwitzen alles übrige wohl außzutreiben. Die de-

me gefolget/ haben sich sehr wohl darauff befunden/ und ist der ordentliche Appetit in kurtzen wieder kommen. Andere aber/ so fortgefahren einmahl wie das andere zu essen/ hat das Fieber in kurtzem betroffen; welches alles durch so viel Exempel bißher bekräfftiget worden / daß fast an dieser Sache nicht zweiffeln kan. Denn ich sehe auch nicht über diß/ was den Appetit bey gesunden Leuten mehr vermindern/oder einen Eckel gegen alle Speisen zu wege bringen kan/ als wenn der Safft/ durch den wir unsere Nahrung haben / in grösserer Qvantität da ist/ als dessen unsere Natur benöhtiget. Ich habe vielmahl observiret/ daß Leute/ so ihrer Arbeit wohl wahrgenommen/wenn sie bald darauff ein ruhig Leben beliebet/kürtzlich in ein Fieber gerahten/welches Ursache aus obgedachten gar klar. Denn/ indem sie wohl arbeiteten/wurde die übrige Menge des Nahrungs-Safftes/ so ja einige vorhanden / sehr außgetrieben: So bald aber dergleichen nicht mehr geschach/und man gleichwohl fortfuhr/eben so sehr bey der Ruhe/als zuvor bey der Arbeit zu essen/konte der Nahrungs-Safft sich leicht so sehr sammlen / daß/ indem er nicht wie zuvor/durch die Arbeit außgetrieben wurde/er ein Fieber verursachte. So habe über dieses observiret/daß bey welchen sich ihr Gesichte/ von Tag zu Tage mehr gefärbet / als sie gewöhnlich sich befunden/ daß / wenn solche Vermehrung der Farbe continuiret / sie sehr geschwinde mit aller Verwunderung (dieweil dergleichen wohlgefärbte Leute vor vollkommen gesund geurtheilet werden) ein Fieber bekommen:

Da ich deñ hernach vielen/als ich ein solches an ihnen gemercket/zuvor gesaget/ daß ihnen dergleichen begegnen würde/wo sie nicht von der gewöhnlichen Arth zu essen abstünden;und sie haben sich verwundert/ woher ich doch dergleichen/dieweil sie sich gar gesund befunden/ vorher wissen können/ als sie durch die Erfahrung dessen hernach überzeuget worden/ was sie zuvor nicht glauben wollen: welches alles meine Meynung / was der rechte Ursprung der Fieber/ und wie solche zu verhüten/ sehr befestiget. Ich könte weiter hier fortfahren/und auf eine so klare Manier/als von jemand bemercket/anweisen / woher aus eben diesem Grunde hernach tägliche / Tertian-oder Qvartan-Fieber/ und alle deren sonderbahre Zufälle entstehen. Denn/ wenn nur die rechte Ursache einer Kranckheit entdecket/ so müssen wohl andere Wirckungen/die daher entspringen/von selbiger deduciret werden können. Jedennoch lasse ich solches vorietzo ungemeldet/ dieweil/ wenn man in dergleichen zu sehr ad specialia gehet/man wegen noch so vieler unbekanten innerlichen Wirckungen unserer Natur/ leicht und sehr fehlen kan/ ob es gleich der Warheit sehr ähnlich siehet. Und weil ferner solche Wissenschafft/ wenn wir sie auch gantz richtig hätten/ uns darum nicht dienen würde/ solchen vorzukommen als auch selbige zu vertreiben/ welches doch hier nebenst andern anzuweisen/absonderlich mein Endzweck. Da hergegē solches gar leichte zu erhalten/ wenn uns der allererste Ursprung solcher Kranckheiten bekannt/ welches auch viel leichter als voriges kan entdecket werden/

wie

wie denn solches hiermit/ durch sehr klare Experientien/ angewiesen zu haben vermeine. Es ist aber wohl in acht zunehmen/ daß ob gleich die übrige Qvantität solches Nahrung-Safftes gemeiniglich Fieber verursache/ so kan es doch/ nachdem der Zustand des Leibes anders und anders/ auch vieler andern Kranckheiten Ursache seyn. Jch will nur dessen jetzo erwehnen/ was ich durch die Erfahrung ziemlich befestiget worden. Jch habe mich vielmahl gewundert/ wie es doch möglich/ daß sich so offte bey kleinen Kindern / dieser grosse Zufall/ welcher die schwere Noth genennet wird/ ereigne; und habe befunden/ daß weil die Kinder vieler Anzeigung nach/ alsdenn recht gesund bemercket/ solche auch von gar gesunden Eltern gebohren worden/ und auch dahero gesunde Nahrung zu empfangen gehabt/ daß fast keine ander Ursache dessen zu erdencken/ als daß sie alsdenn die Nahrung allzu überflüssig/ bekommen. Und dahero sehen wir/ daß die Kinder/ so sehr speyen/ dem gemeinen Sprichwort nach viel besser gedeyen/ als andere die dieses nicht thun/ weil nemlich also bey diesen die überflüßige Nahrung weggehet/ welche bey andern bleibet/ und also dieser beschwerliche Effectus hier nicht/ wie bey andern entspringet: Ja ich habe wahrgenommen/ daß bey zunehmenden Jahren dieser Zufall sich wiederum ereignet/ so offt dergleichen Leute allzu unmässig essen/ und daß also/ was bey andern ein Fieber causiren würde/ bey diesem die schwere Noht erwecket/ weil in der ersten Jugend/ auß eben dieser Ursach/ solche einmahl bereit erreget worden ist. Daß aber auß einer Ursach

der übrig sich häuffenden Nahrung der Kinder ein schwererer Affectus entstehet/ nemlich die schwere Noht/ als bey andern/ von mehrern Jahren/ nemlich die Fieber/ kan vielleicht seyn/ weil das Geblüth ordinar bey Kindern viel activer, und also gewaltsamere Würckung verursachet. Davon/ wie auch demselbigen zuhelffen/ in der 11ten Regul zu gedencken/ da ein Exempel von einem Kinde produciren will: Das die Masern hatte/ nach dem es gesund worden/ dis malum Epilepticum und hierauff wiederum die Blattern bekam/ welches alles vorgedachte sehr bekräfftigen wird. Ferner habe auch befunden/ daß/ wenn Leute von hohem Alter/ krancke/ oder auch die sehr fett und corpulent sind/ nachdem sie etliche Zeit nicht eben so starck gessen/ und bey eintziger Mahlzeit/ dergleichen (wider die vierdte Regul) wiederumb begangen/ durch eben diese Ursach/ plötzlich durch den Schlag sind hingerichtet worden/ welches bey dero Leibes-Eröffnung klar zu erkennen gewesen/ indem alle Gliedmassen in dem besten Zustand/ und nur eintzig und allein das Gehirn/ voll geronnen Blutes gewesen/ welches ohne Zweiffel der allzu geschwinde sich sammlende Nahrungs-Safft/ durch Zersprengung der kleinen Adern verursachet. So weiß von Leuten die etwas bey Jahren/ und etliche Zeit nicht allzu viel gegessen/ darauff aber bey einer Gasterey sich sehr lustig erzeiget/ und darbey eine sehr gute Mahlzeit gethan/ daß/ noch selbige Nacht hernach/ sie über grosse Haupt-Pein geklaget/ bald darauff wie ihnen der Kopff schwer würde/ zu erkennen gegeben/ daß sie auch gebeten/ man möchte

ihnen

ihnen selbigen halten helffen; gleich aber auch da mit ohne einiges weiteres Sprechen und Regung verschieden: darob sich viele genung wundern kön- nen/ weil sie solche kurtz vorhero in so guter Gesund- heit/uñ annoch so munterem lustigem Wesen gesehẽ: welches Ursach aber gar leicht / und meines Bedün- ckens auß dem/wie iezt gedacht/daß der Schlag ent- stehe/man sehr klar erkennen können. Denn/auff ein mässiges Leben bald so viele und viellerley Speisen essen / war wider die vierdte Regul / eine allzuge- schwinde/und also schädliche Veränderung. Ferner/ wenn man in guter Gesundheit dann Gelegenheit hat/ mit guten Freunden/ durch angenehme Con- versation lustig zu seyn/ auch viele Speisen/ die ei- nem wohl schmecken/an der Hand/da man auch noch darzu offt angemahnet wird zu essen/ so kan leicht verursachet werden/ daß auch Leute/ die sonst gar mässig leben/ unvermerckt mehr zu sich nehmen/ als sie selber vermeinen; dahero denn leicht die Nah- rung sich so sehr häuffen kan/ daß die Adern/ so vor andern subtil/ und durch das Alter nicht mehr in so dauerhafftem Wesen/ als bey jungen Leuten/ solch ungewöhnliches anlauffen nicht vertragen mögen/ und also zersprengt werden/ da/ ehe solches geschie- het/vorhero freylich wohl grosse Schmertzen/wie bey Verletzung sich ereignen; hernach aber/ wegen An- füllung deß Gehirnes mit dem Geblüte/ scheinet der Kopff nach und nach schwerer zu werden/und erfol- get also/wenn das Geblüte allzugeschwinde/ in sol- cher Menge sich sammlet/daß es keinen Außgang gewinnen kan/nohtwendig hierauff ein geschwinder

Tod. Hergegen weiß ich bey jungen Leuten und die gesund/ mich nicht viel dergleichen Exempel zu erinnern/ aber wohl/ daß sie vielmahl bey so gähliger Ubermaß in Essen/ bald Kopffschmertzen empfunden oder auch sehr hierauff geblutet/ dieweil nehmlich ihre gute Natur solchem Ubel (so Leute von mehrern Jahren alsdeñ würde betroffen haben) etwas Widerstand zu thun annoch Vermögens war Bey Krancken aber/ ob sie schon sehr jung von Jahren fallen mir unterschiedliche Exempel bey/ da absonderlich einen merckſamen Casum gesehen/ der meinen Satz in diesem bekräfftiget. Es war eine Person etwan von 16. Jahren/ die nunmehro nach ausgestandener ziemlichen Unpäßligkeit von etwa 14. Tagen/ bereit wiederum in dem Zustande/ daß sie sich den andern Tag hierauff wider auffzustehen gäntzlich resolvirte/ denselbigen Abend aber war sie mit guten Freunden annoch im Bette sehr lustig/ und nahm eine so gute Mahlzeit zu sich/ daß andere/ die noch nicht gesehen/ daß selbige viel zu essen vermocht/ sich sonderlich darüber erfreueten. Aber siehe! in den Früheſtunden befiehl sie der Schlag hierauf so gähling/ daß in kurzer Zeit der Kopf ohne einzige Regung/ uñ alle Sprach weg wahr. Jedennoch lebte sie/ Vermöge ihrer guten Natur/ noch über 16. Stunden/ uñ wäre vielleicht noch zu erhalten gewesen/ wenn die Mittel gebraucht wordẽ/ welche in dem dritten Theil eröfnen werde: weil aber über dem/ die Medicamenta, meinem Bedüncken nach/ in allzugrosser Menge eingeflösset worden/ und die in keinerley Weise/ Vermögens waren/ solch zusammen gelauffenes Geblüt

(wie

(wie etliche mahl erwehnet) zu zertheilen oder auszutreiben: so ware freyli ch alle Hoffnung zu eintziger Wieder Aufffkunfft vergebens. Ich will nicht weitläufftig fallen zu erklären / was die Ursach einer so unvermutheten plötzlichen Veränderung gewesen / weil fast eben das / was bereits etliche mahl gedacht / wieder repetiren müste. Endlich so habe Leute gekennet / die der Schlag gerühret / durch Hülffe ihrer guten Natur sich wieder erholet / aber hierauff durch ein schweres Fieber heimgesucht worden: dessen Ursach / daß der gähling sich häuffende Nahrungs-Saft zwar einigen Anfang / zu Zersprengung gedachter Adern / gemacht; weil aber solche allzustarck gewesen / sich alsdann / nach vorgedachten / ein Fieber ereignet. Aus welchen allen bißhero gedachten denn der rechte und allererste Ursprung / so wohl der Fieber als des Schlages / wie auch der schwehren Noth / nicht unschwer zu erkennen. Ich habe zwar bißhero nicht zeit genug gehabt / alles dieses mit solchem Fleiß und oft wiederholten Experientien zu untersuchen / wiewohlen weiß / daß es höchstnöthig / ehe man in dergleichen Sachen was gewisses schliessen kan; doch hoffe / was vorietzo vorgebracht / seye sehr wahrscheinlich und von solcher Wichtigkeit / daß / ob es sich auch nicht in der That gäntzlich also verhielte / es dennoch dessentwegen / dieweil es einen so grossen Schein der Warheit hat / wiewol / daß die mehrer Gelegenheit haben / sich nicht verdriessen lassen solten / solches genauer zu untersuchen. Wiewohl ich nicht eben hier von nöthen habe alle Kranckheiten / die von Ubermaaß im Essen vorkommen / zu determi-

niren /

niren/ sondern gnug/ daß ich die vornehmsten/ und sich fast stets ereigende zufälle angezeiget/auch hierbey/ ein leichtes Merckmahl/ wie vor allen/ so daher kommen/ zu hüten sey/ gewiesen/ damit zugleich die grosse Nutzbarkeit dieser Regul erscheine/ die durch Benehmung des rechten Ursprungs derselbigen/und auf eine so leichte Weise/uns von so schweren Kranckheiten/ befreyen kan. Endlich habe ich auch droben gedacht/ daß man einen Tag lang sich der Speisen enthalten solle/ dieweil ich observiret/ daß/ da einmahl in eben dem Zustande/ biß in den dritten Tag fortgefahren/die Saliva sich sehr häuffig eingefunden/ daß mir die Zähne nicht so fest/ als sonst zu seyn geschienen/ und ihre Schärffe mir ziemliche Schmertzen im Munde verursachet: weil denn der Appetit mir also wiederbracht/ hat dieses mir viele Schwerigkeit oder Schmertzen im Essen gegeben/ weßwegen ich ein andermahl/ bey gleichem Zufall/ nicht viel über einen Tag gefastet; folgends aber/als die grosse Menge der Salivæ vermerckete/habe ich etwas weniges gegessen/ den Mund aber/ mit frischem Wasser/ offt gereiniget/ damit der Salivæ Schärffe gelindert würde/ und so ist in kurtzen voriger guter Appetit wieder kommen.

## Die siebende Regul.

Wann wir das jenige thun/ was sonst sehr gewöhnlich und langsam von uns geschiehet/ und gleichwohl mercken/daß es uns einige ungewöhnliche Müdigkeit zuwege bringe; denn soll man Acht haben/ ob solche täglich oder ehender sich vermehre/welches/so es geschicht/ soll

soll man nicht so lange warten/ biß daraus eine solche Schwachheit entspringe/ daß wir uns gar zu Bette legen müssen; sondern man muß gleich die Speisen/ nicht mehr in solcher Menge als man gewohnt zu sich nehmen: absonderlich (nach der andern Regul) die suchen zumeiden/ die uns einen Wiederwillen machen/ und hingegen derer sich zu gebrauchen/ zu welchen wir Appetit; und sich bey Nacht besser/ als man sonst pfleget zudecken/ damit alle Gliedmassen besser erwärmen/ dieses aber alles so lange continuiren/ biß die Vermehrung der Kräffte sich wieder spüren läst.

## Beweißthum.

Ob schon dieses alles keiner Erklärung oder Beweißthums fast nöthig hat/ so will doch was ich hierbey observiret und mit was gutem Erfolg/ eröffnen. Ich habe wenn in andere Länder kommen/ und etwan 2. oder 3. Monat allda verweilet/ eine sonderbahre Mattigkeit/ in gar sehr gemeinen Verrichtungen (als in Auffsteigung der Treppen/ wenn nur eine Stunde spatzieren gangen) empfunden/ ob ich mich gleich nicht zu erinnern gewust/ daß ich eintzigen Excess begangen. Wiewohl/ die Sache genauer erwegend/ mich nicht zu verwundern hatte: Indem sich unser Natur alsdann an so viele neue Sache (als an andere Lufft/ Tranck/ Speisen rc. die auch überdiß auff andere Art zugerichtet) gewehnen muß/ welche iedennoch nicht allezeit gleich starck in allen Menschen solches wohl zu vertragen/ sich befindet: daß also gar leicht gedachte Zufälle sich ereignen

eignen können. So bald aber oben gedachter Mittel mich bedienet / habe nicht allein bald völlige Kräffte wieder erlanget/sondern wenn ich auch darnach/in eben selbigen Orthen/ ziemliche Excesse begehen müssen/ habe ich keinen Schaden dahero genommen. Da ich hingegen verspüret/ daß andere/ so auf diß nicht acht gehabt/und immer so gleich hin in Tag gelebet / wie sie gewohnet/ in sehr schwere Kranckheiten dessentwegen gefallen. Ja öffters wackere junge Leute/ die mir so gesund vorkamen / daß vermeinet/sie müsten ein sehr hohes Alter erreichen/ habe in wenig Tagen gesund und todt gesehen. Und was vor eine grosse Menge der Reisenden wird nicht bloß aus deme/daß sie diß eintzige nicht observiren/ hinweg genommen? Was aber dergleichen ungewohnte Veränderung bey uns auszurichten vermögen/ habe ich nur aus diesem eintzigen zu schliessen gehabt/weil ich meistens von Jugend auf Brod / von klarem Korne gebacken/ gewohnet und einmahl an einen Ort gelangete/da mir das Rocken Brod/so ziemlich grob/nicht anstund / gebrauchete ich mich nur allein deß weissen oder Weitzen Brods/ da habe ich in 8. oder 10 Wochen hernach eine sonderliche Mattigkeit aller Gliedmassen befunden: so bald ich aber obgedachter Regul Folge geleistet/und nicht allein weiß oder Weitzen Brod ( welches mir so zu wider war/ daß ich es damahls kaum ansehen konte) gebrauchte / sondern allezeit/ vornehmlich Brod aus blossen Korne gebacken ( zu welchem alsdann einen extra ordinaren Appetit ) haben in kurtzen sich meine Kräffte wieder erholet/ hat mir auch ( nach-

deme

deme diß also einmahl/ überstanden) hernach nicht geschadet / was vor Arth des Brodes gebrauchet. Vornehmlich aber habe ich etliche mahl auch dergleichen Mattigkeit wahrgenommen/ nachdem ich fremde Oerter verlassen/ und nach etlichen Jahren in mein Vaterland wiederumb gekehret. Denn/ dieweil uns alsdann viel Speisen vorkommen / an die wir von Jugend auff gewohnet/und welche wir entweder gäntzlich oder nicht auff eine solche Art zubereitet/lange ermangelt/ ist es schwer den Appetit, der zu dergleichen alsdenn sehr extraordinar ist / allezeit so innen zu halten// daß wir ihm/ nicht mehr als nöthig/Vergnügung thun. Und dahero habe ich in kurtzem allezeit eine grosse Schwachheit aller Kräffte gefühlet/aber mit deme/was oben gerathen/ alsdenn inacht zu nehmen/habe ich mir gar bald geholffen; und ob ich schon hernach mit Freunden und Bekanten / grosse excesse im Essen und Trincken gethan / habe ich dennoch einer sehr guten Gesundheit genossen.

Dieses sind also die vornehmsten Kennzeichen/die ich bemercket/daß sie gewisse Vorbothen zu künfftiger Kranckheit seyn: Es haben zwar andere dergleichen in grosser Anzahl gemeldet/ deren etliche aber so beschaffen/daß gar keine Kranckheit drauff erfolget ( und also machen sie nur diesen eine vergebene Furcht) etliche kommen sehr selten vor / und also erinnert man sich derer nicht leicht/ umb dessentwegen denen Kranckheiten vorzubeugen: auff andere folgen gar zu grosse Kranckheiteen ( wie wenn man wieder die dritte oder absonderlich die vierte Regul verstöst) und also hilffet es uns nicht / ob wir der-

gleichen Kennzeichen gleich wüsten / dieweil so viel Zeit übrig / die folgende Kranckheit abzulehnen: sondern es ist vielmehr nöthig / daß wir Mittel wissen / wieder solche Kennzeichen / daß sie nicht bey uns entstehen / welches im ersten Theile / wie ietzt gedacht / zur Gnüge angewiesen. Endlich sind auch viele Kennzeichen von andern bemercket / die aus diesem so ietzo erwehnet (wenn man nicht beyzeiten vorbauet) hernach entspringen: und also war nöthiger die aller ersten zu melden / damit ie eher als nur möglich rath geschaffet werde. Wie aber die Kranckheiten / so diesem sonst folgen / zu vermeiden / vermeine ich auch / daß in diesen Reguln überflüssig erkläret habe / und solche Mittel vorgestellet / die der Natur sehr convenient seyn. Denn alles bestehet nur darinnen / daß die Nahrung nicht alsdann so reichlich als man gewohnet zunehmen / uñ daß wir mit guten Leibes-Ubungen oder durch Schwitzen / was in uns schädlich / austreiben sollen. Wie nutzbar aber diese Mittel / so schlecht und geringe sie auch scheinen / werden andere in der That gnugsam verspüren. Ich kan das versichern / daß ob schon viele Jahr her / durch fast stetigst Hin- und wieder reisen / der Gesundheit wenig pflegen können / uñ viele grosse Excesse wieder dieselbige begangen / dennoch nicht von einiger Kranckheit so befallen würden / daß mich drey Tage innen halten müssen / weil nun diese geringe Sachen in acht genommen / der ich doch gar nicht von einer so starcken Complexion bin / wie dergleichen bey vielen andern aus gewissen Merck-

mah-

mahlen abgenommen. Und ich weiß nicht / wie man die Nutzbarkeit der Reguln / umb die Gesund-h itzu erhalten / besser erkennen kan / als wenn eine Person / die nicht gar von starcker Natur / vermittelst deren (nicht wenn wir nach guter Diæt leben können / denn das ist nicht schwer zu erhalten / sondern in grosser Unordnung leben muß) sich dennoch sehr viele Zeit bey guter Gesundheit erhalten kan. Wann jedennoch aber diese Reguln nicht so genau könten inacht genom̃en werden / so wol der vielerley Verhinderungen wegen / die vielmahl in menschlichen Verrichtungen vorlauffen / als auch vieler andern Ursachen halben / und wir also in eine Kranckheit / die uns gäntzlich darnieder legte / verfiehlen; als will nunmehro in dem dritten Theile anzeigen / wie alsdenn zu verfahren / und hoffe dergleichen Sachen vorzutragen / da vertraue / es werde den Lesern / so die Warheit eintzig lieben / nicht mißfallen: allein ich vermahne treulich vorauß / daß diesem noch genauer als was ich itzt / im andern Theile gedacht / müsse nachgelebet werden: Und was kan doch nach Excolirung unsers verstandes vor eine bessere Sache von uns geleistet werden / die mit grössern Nutzen verbunden / als; daß dem Leibe die verlohrne Gesundheit wiederbracht werde / daß wir / eine Zeit gantz müssig lebende / das erhalten / daß wir hernach unsere Verrichtung viel geschwinder und in beständig lang anhaltender Gesundheit vollziehen können? Was aber im Gegentheil können wir uns auch vor grössern Schaden zuziehen / als wenn wir in

unsern Geschäfften fortfahrend / uns nicht vornehmen/eintzig und allein der Wegnehmung der Kranckheit obzuliegen/und dadurch verursachen / daß wir von selbiger hernach desto länger gemartert/ auch wol gar/nachdem sich die Zufälle häuffen/ gäntzlich darnieder bracht worden.

# Der dritte Theil.

JEtzt erfodert meines Vornehmens Eintheilung/daß ich eröffne/auf was für Weise(wenn die Kranckheit würcklich so zugenommen/ daß die daher entstandene Schwachheit oder Schmertzen/ den Leib an seinen gewöhnlichen Würckungen verhindern) selbige durch die allersicherste Mittel / so uns die Erfahrung lehret / aus dem Wege zu raumen sey. Und/wo in einer Sache/so erfahren wir gewiß in dieser absonderlich / daß/ so viel Köpffe / so viel Sinne / seyn / auch bey denen Herren Medicis selbsten. Denn/ so sind alle Menschen von Natur geartet / daß/ so lange sie wohl auf sind/ sie keinen Raht/in dieser Sache / von andern verlangen/ und/ so ihnen auch die besten Sachen/die hierinnen nur zuerdencken/eröffnet würden/solche übermüthig verwerffen/andern hingegen/die kranck/können sie gnung Mittel vorstellen/so bald sie aber die Reihe selber trifft/ alsdenn wissen sich gemeiniglich weder Hülffe noch Rath/ ersuchen von jedem Bittweise dergleichen/ und kan ihnen kein so abergläubisches oder eiteles Mittel ertheilet werden/deme sie wohl nachzukommen

men nicht gemeiniglich sich sehr geneigt befinden. Ja so iemahls die meisten Menschen alles / was wohlbekant und leicht zuerhalten/ nicht groß achten; so ist absonderlich hier ihre Zuflucht zu sehr ungewöhnlichen Sachen/ und die entweder aus sehr weit entlegenen Ländern / oder auß dem innersten der Erden hervor gebracht werden/so/ daß glaube/daß/wañ alsdañ was auß den allerfernesten Himels-Gegenden könte gebracht werden/ sie es lieber gebrauchen würden als das/ was ihnen wohl bekant und woran sie am meisten gewohnet sind. Dahero kommen auch bißweilen so lächerliche Mittel vor den Tag/ daß es scheinet als wenn die/ so solche vorbringen/ mehr die menschliche Thorheit zu belachen Ursach geben wolten/als daß sie Vorhabens wären ihnen gesunde Rahtschläge mit zutheilen/welche iedennoch so ehrerbietig auff-und angenommen werden/ als wenn es Göttliche Eingebungen wären. Wehme nicht mehr als nur die Mittel/so vor die Fieber oder auch den Krampff zu vertreiben/ in gemein vorgebracht werden/ wohl bekant seyn/ der wird sattsam/ was jetzo gedacht/ in der That erfahren haben/ da doch ohne alle dergleichen Mittel den ordinar-Fiebern entweder leicht vorgekommen werden kan/ daß sie uns nicht befallen/ wie in der fünfften Regul Vernunfftmäßig bewiesen/oder auch selbige/ so uns würcklich betroffen/nicht schwer können vertrieben werden/wie in nachfolgenden gründlich anweisen werde: Der Krampff (welcher viele sehr quälet) kan fast im Augenblick weggenommen werden/wenn nur/ so bald man den ersten Anfang hier-

hiervon merckt/ die Beine wohl außgestreckt werden (so auch viele thun/und daher etwas Linderung empfinden/aber noch lange nicht gnung)und denn das äusserste vom Fusse mit grosser Gewalt gegen uns zugezogen wird: denn/ so werden die Seen-Adern starck ausgedehnet/uñ ist er gleich vertriebẽ/wie solche geschwinde Cur mit Verwunderung viele/ die es probiret/ erfahren. Aber ich will mich nicht auffhalten solches/was oben gesagt/durch viele Exempel zu bekräfftigen/ indem dieses auff recht und Warheit liebenden Gemühtern überflüßig bekant; wiewohl über die Maasse schwer zu seyn urtheile/ daß so alt eingewurtzelten/ aber höchstschädlichen Vorurtheilen befreyen könne: jedennoch aber/weil herrliche ingenia in dieser Sache gleichsam das Eyß gebrochen/ und sich solchen Mißbräuchen recht männlich entgegen gestellet/ will ich auch nicht unter lassen meine Gedancken hiervon in aller Freyheit zu eröffnen. Ich bitte aber die Leser/daß sie nicht/ im Urtheil wider mich zu fällen/allzu geschwinde verfahren/biß sie zuvor alles biß zum Ende wohl überleget haben. Ist also gehaltener Ordnung nach zu mercken.

## Die achte Regul.

**Wenn wir in solchem Zustande / daß wir fast stets anhaltende Schwachheit oder Schmertzen fühlen/müssen all unsere Verrichtungen oder Geschäffte gantz eingestellet und geschwinde die Mittel/die in folgenden vortragen werde/ gebraucht werden.**

## Beweißthum.

Hier begehen die meisten sehr grosse Fehler. Denn ich

ich viele gekennet / die lange zuvor / ehe sie in sehr schwere Kranckheiten verfielen / mir sehr offte geklaget / wie sie allerhand Schmertzen bey sich wahrnehmen / die doch im geringsten nicht solcher Sache vorbaueten / sondern ihren gewöhnlichen Geschäfften / wie sie stets gepflogen / ablagen / aber mit ihrem sehr grossen Schaden. Denn / es schiene dem Verstande sehr gemäß / daß / wenn sie nur etzliche Tage sich gäntzlich aller Verrichtungen hätten entschlagen / und sich deren Mittel bedienen wollen / die ietzt anzuzeigen in willens / sie würden von allen diesen Ubeln leicht seyn befreyet worden: Da hergegen die Kranckheit mit der Zeit solche Kräffte gewonnen / daß sie hernach viele Monate gezwungen waren / alle Geschäffte zu unterlassen / und schwer wieder konten zu rechte gebracht werden. Ich habe auch unter andern dieses / bereit beym Ende des andern Theils / treulich erinnert / ist auch nichts bekanters / als Principiis obsta &c. Aber ich glaube / daß es noch vielmahl wiederholen müste / biß es gnug / daß die Leute diesem recht nachkämen / wie es behörlich? Ja ich habe gesehen / daß Medici selbst / die zu Krancken beruffen / gantz frey zu erkennen gegeben / daß sie wider die Kranckheit noch nichts verordnen könten / sondern man müsse so lange warten / biß man erkennete / was vor eine Kranckheit darauß werden wolte / hätten auch dem Patienten gar nichts verschrieben / wenn sie es nicht / umb Ansehen zu erhalten / nothwendig thun müssen; welches gewiß so eine grosse und sichtbare Thorheit / daß sie keiner Wiederlegung bedarff. Gleich als wenn der Kranckheit Zeit zu

lassen wäre / daß sie je mehr und mehr Kräffte über-kommne/und also desto grössere Gewalt erhalte/unsere Gesundheit desto leichter übern Hauffen zu werffen? Es ist aber nicht zu zweiffeln / daß viele gantz gerne allem Ubel geschwinde begegneten/ wenn sie nur gewiß wären/welche unter einer solchen Menge/da fast ein jeder ein anders zu geben weiß/ absonderlich vor andern zu erwehlen/damit sie nicht Ubel ärger machten. Daß also diesem an die Hand gegangen werde/ ist zu mercken/ damit wir dergleichen Mittel/ die am allersichersten/ und mit unser Natur am meisten übereinkommen/gewiß außfinden mögen/ so wohl in acht zu nehmen / durch welche Sachen absonderlich unser Leben erhalten werde / wenn wir gesund / damit / wenn wir in Gefahr stehen/ solches zu verliehren/ wir daher schliessen können/ in welchen Sachen vornehmlich der Natur zu Hülffe zu tretten sey/wenn sie/ durch wiedrige Sachen/ so überwältiget wird/ daß sie solches/ durch sich selbst/ nicht zu thun vermag. Und wenn wir die Erfahrung zu Rahte ziehen/ werden wir bemercken/ daß vors Erste die Lufft erfordert werde/daß wir Athem hohlen: Dann die Nahrung/ die wir zu uns nehmen; und endlichen die natürliche Wärme/ die alle unsere Gliedmassen lebendig machet. Deñ/ wenn eines von diesen dreyen stets ermangelt/ so folget nothwendig der Tod hierauff. Dahero leicht zu schliessen/ mit was vor Hülffe wir der Natur an der Hand stehen sollen/ wenn wir kranck. Nemlich man müsse wissen/ wie die Lufft alsdenn beschaffen seyn müsse; was für Nahrung absonderlich alsdann in unsern

Leib

Leib zu nehmen; und auff was für Weise der innerlichen Wärme so könne geholffen werden/ daß sie alle Sachen/ die ihr zuwieder/ zu überwältigen vermögens. Dieses aber werden folgende drey Reguln lehren.

## Die neundte Regul.

**Man muß Acht haben/ daß wir alsdenn uns in einer solchen Lufft befinden/ die stille/ warm/ und mit einem starcken Geruch/ der dem Krancken zuwieder/ nicht erfüllet sey/ und so die Kranckheit etliche Zeit anhält/ muß die alte Lufft ausgetrieben/ und neue in den Ort/ da der Krancke sich befindet/ eingelassen/ auch die Gemächer wohl wieder gereiniget werden.**

## Beweißthum.

Dieses alles ist zur Gnüge klar/ aber wer Acht darauff hat/ wird sehen/ daß sehr darwider gehandelt wird. Wie viele/ wenn sie schon bey ziemlicher Schwachheit/ gehen frey auff den Gassen spatzieren herum oder ihren Geschäfften nach? Andere schlaffen an Oertern/ da der Wind hin und wieder freyen Eingang hat. Ja ich habe vielmahl gesehen/ daß die Krancken aus dem Bette auffgestanden/ und wenig bekleidet sich an die eröffnete Fenster geleget/ umb zu sehen was auff den Strassen vorgehet. Wie aber solche Aenderung der Lufft bey anhaltender Kranckheit/ davon jetzo gedacht/ nöthig seye/ erkennen Gesunde/ wenn sie Krancke besuchen/ da die Fenster etliche Zeit nicht eröffnet worden/ was nemlich vor ein starcker unangenehmer Geruch en pfunde wird. Und werden Krancke alsdenn/ wenn solche hingegen

wenige Zeit geöffnet/ daß die Lufft die Gemächer wohl durchstreichen kan/ die Stuben wohl wider gereiniget und mit frischen Wasser besprenge/ eine sonderbahre Erqvickung dessentwegen bey sich bemercken. Daß aber der Geruch/ so zuwieder/ grosse Alterationes bey Krancken verursache/ ist leicht zu schliessen/ weil selbst bey vollkommenen gesunden durch den Geruch gebrandtes Fett/ Oels/ Lampen/ außgeleschten Lichter/ und dergleichen mehr/ es offte so grosse Veränderung setzet/ daß selbige mit Ohnmacht befallen worden/ und also über vorgedachtes besonderlich darauf zu dencken/ daß einem Krancken durch angenehme Balsame an der Hand gestanden werde.

## Die zehende Regul.

Daß wir von aller Speiß uns so viel möglich enthalten sollen/ aber zu den Stunden/ da wir sonst zu essen pflegen/ sollen wir zwar nichts zu uns nehmen/ wofern kein Appetit und vielmehr ein grosser Widersinn gegen dieselbigen. Jedennoch kan man die gegenwärtige Speisen etwas vor sich stehen lassen oder andern/ die essen/ etliche Zeit mit zu sehen: so aber etwas Appetit hierzu/ kan man auch wol essen/ jedoch fein mässig und solche Sachen die wol warm/ leicht dem Magen zu verdauen fallen/ und die man sehr ordinar am meisten zu gebrauchen pflegt; so aber ja endlich ein gar extraordinar Appetit zu einer gewissen Sache verhanden wäre/ obschon daß man solche selten zu essen pflegt/ kan man zwar dem Appetit

ein Gnügen leisten / aber nicht in allzu grosser Quantität / und nur bey den gewöhnlichen Esse-Stunden.

## Beweißthum.

Die Ursachen dessen sind: weil unsere Gesundheit in dem bestehet / daß die Kräffte des Leibes stärcker sind/als der äussern Sachen/die stets in selbige würcken; und daher die Kranckheit nichts anders / als wenn der äussern Sachen Kräffte stärcker werden/ als unsere / und dieselbige bereit zu destruiren anfangen: so scheinet es gewiß nicht dienlich zu seyn alsdenn viel äusserliche Sachen in unsern Leib zu nehmen / wenn absonderlich wir bey uns befinden/ daß unsere Natur / von allen dergleichen/ eine grosse Abkehr hat. Zudem ist alsdann die Schwachheit aller unserer Würckungen / in unserm Leibe allzu sichtbar/ und sind dahero selbige nicht vermögend dergleichen so wohl zu verdauen/in Chylum zu convertiren/als auch hernach solches durch den gantzen Leib/wie es nöhtig/ wohl zu vertheilen: denn auch die schwache Bewegung des Geblütes/dadurch solche Außtheilung solte geschehen / wird aus dem schwachen Puls allzuwohl wahrgenommen; ich habe auch bereit in der sechsten Regul angewiesen/ wie offt bemercket/daß bey Krancken/die jähling allzu starck gegessen/der Schlag hierauf erfolget. Doch dieweil nichts nützlichers / nach der achten Regul/ als/daß so geschwinde als möglich man trachten solle/den Leib in vorigen guten Stand zu setzen. Denn es geschiehet manchmahl in gar kurtzem/daß der Leib gantz wie eine andere Natur an sich nimmt/ da sehr

schwer hernach Ihm zum ersten Stande wieder zu bringen; dessentwegen nichts bessers ist / als daß wir zu den gewöhnlichen Esse-Stunden / entweder die Speisen etwas gegenwärtig vor uns haben/oder andern Speisenden ein wenig mit zusehen / denn so wird der verlohrne Appetit leichter wieder herbracht werden: wie ich denn bey vielen/ die von keiner Speise hören wollen/ geschehen/ daß/wie sie andern zu essen zugesehen / der Appetit ziemlich geschwinde wieder erwecket worden: wenn aber ein Appetit zu essen da ist / so ist freylich der Anmahnung unser eigenen Natur / Folge zu leisten; aber/ gedachten Ursachen nach/sehr mässig/und das so wol warm/denn so wird der innerlichen Wärme/umb solches wohl zu verdauen/ geholffen werden. Und ferner/ dieweil alle unsere Leibes Operationes alsdenn sehr schwach verrichtet werden/auch solche Sachen die leicht zu verdauen/als da sind Feisch-Brühen/ oder sonst gute Suppen und dergleichen Sachen/ die einem Saffte ähnlicher als solider Speise/ wie ich denn hier nichts bessers als nachfolgendes vermercket: Es werden allerhand Art vom Fleisch / das leicht zu verdauen und so wohl safftig/zusammen gethan und alles klein zerschnitten/ die Beine aber / so nicht allzu hart und voll Marckes/ in einem Mörsel wohl zerstossen; dieses alles muß unter einander gemischt / wohl gekocht / und auf bekante Weise / zum Gebrauch/ bereitet werden. Es können hier viele Sachen beygefüget werden / als: laxirende Speisen/ wenn der Leib nicht offen/ die den Schlaf befördern/ wenn sehr grosse Schmertzen ꝛc. und so viele andere/

andere/ nachdem der Appetit des Krancken sauers oder süsses/gesaltzenes oder ungesaltzenes verlanget/ und seine Constitution zu erfordern scheinet/ nur daß Gewürtze und alle dergleichen Sachen/so wenig Safftes ertheilen/ nicht viel gebraucht werden. Wenn dieses also geschehen/ wie gedacht/ so soll nur mit dem Safft/der hievon bereitet wird (das andere alles/ was nicht zu Saffte wird zurücke behalten) der Leib stets/so lange die Kranckheit währet/genehret/und keine andere Speise oder Tranck (wo nicht der Appetit was anders verlangete/wie bald sagen werde) gebraucht werden/ kan auch endlich solcher Safft/ nach Belieben des Krancken/ stärcker oder dünner gemacht werden. Welches alles/denn auch der Vernunfft sehr gemäß scheinet. Denn dieser Safft ist gleichsam die Essentz oder das allerkräfftigste von Speisen und der meist nur allein/wenn wir essen/zu unser Nahrung kömmet/ da alles das andere/was nicht kan in Safft verwandelt werden/ von der Natur/als überflüssig außgetrieben wird. Sonsten ist wohl zumercken/daß gleich wie bey dem Essen höchstnöhtig/ daß es mäßig gebraucht werde/so ligt hingegen nicht viel daran/daß Krancke des gewöhnlichen Truncked (wann er nur nicht allzu starck und nicht kalt sondern vielmehr warm) sich mehr als ordinar bedienen/ massen durch die Wärme in den Betten/so viel auß dem Leibe außdämpffet/ daß hierdurch grosser Durst erwecket wird/welchem also abgeholffen und zugleich der Umblauff aller Humorum in dem Leibe gefödert wird/wovon in der 11ten Regul ein besonder Exempel produciren will. Ich

habe auch droben in dieser Regul verlanget, daß man von Extraordinar-Speisen abstehen soll/ wo nicht der Appetit allzu groß darnach. Wie sehr solches durch die Erfahrung bestätiget werde/ habe ich in der andern Regul angewiesen/ und absonderlich bey Schwangern überzeuget uns die Erfahrung allzu klar/ daß man denen Krancken nicht allezeit vorenthalten soll/ was sie mit grossem Appetit verlangen. Wenn aber der Appetit nicht allzu extraordinar (das ein jeder am besten durch sich selber wissen kan) so muß man von dem allen abstehen / das wir nicht allezeit oder selten zu essen pflegen/ als Obst/ Austern/ Heringe/ Most/ Honig und dergleichen. Denn weil wie ich oben (in der andern Regul) gedacht/ wenn wir in frembde Länder kommen/ dahero viele/ so eine grosse Schwachheit aller Kräfften / ihnen zu ziehen/ daß sie gezwungen sind/ viel ungewohnte Sachen zugebrauchen oder die nicht so bereitet/ wie sie anders gewohnet: Was meint man / wird nicht vor grosse Veränderung verursachen/ wenn wir alsdañ/ da bereit eine grosse Schwachheit aller Kräffte vorhanden / viele Speisen / die wir so ordinar nicht gewohnt seyn / wolten zu uns nehmen ? deßwegen wohl ein jeder/ der dem gesunden Verstande folget/ noch mehr mit mir vor gewiß schliessen wird/ wie gefährlich es dann zu seyn scheine / wenn wir alsdenn nicht allein ungewöhnliche Sachen essen wolten/ sondern auch solche die wir niemahln gegessen / oder die kein Mensch / wenn er gleich gesund ist / zu sich nimmt Vielleicht werden hier etliche sagen : Lieber/ wer wird doch so unverständig seyn/ daß / da er

kranck/

kranck / solche Sachen zu sich nehmen wolte / die er niemahln / oder von niemanden fast / wenn er gesund / gebraucht werden. Aber man verwundere sich mit mir billich dannenhero / was vor seltsame Sachen nicht die Gewohnheit zu introduciren vermögens. Denn lieber / was sind doch alle Chymische Præparata auß den Metallen Mineralien &c. (zum Exempel / Artzneyen auß Eysen / Bley / Spießglaß / Corallen ꝛc.) anders als dergleichen Sachen / ja fast alle Medicamenta, deren sich alle durchgehends schier alsdann bedienen? Hier werden mir vielleicht die Leser den Schluß dessen läugnen wollen / ob sie mir schon in allen vorhergegangenen / woraus selbigen gezogen / fast gäntzlich beygestimmet; und das bloß nur allein dahero / dieweil etliche sehr scheinbare Sachen sind / wo durch insgemein Leute bißhero sehr hierinnen verblendet worden. Denn wohl die rechten Ursachen dessen / warum man auff so wunderliche Mittel gefallen / daher entstanden / dieweil vorerst die Krancken gemeiniglich keine Speisen verlangen / als hat man dafür gehalten / man müste alsdenn was anders / und also das mit den Speisen keine Gleichheit hätte / gebrauchen. Welches mir jedennoch eben so ungereimt scheinet / als wenn man einem Licht / das fast außleschen will / zu helffen / weil es Unschlit / Wachs ꝛc. ohne das genug und also dergleichen nicht vonnöthen hat / etwas anders deswegen und also / das hiemit keine Gleichheit / das ist / Wasser gebrauchen solte. Ferner hat man vermeinet / GOTT habe auch solche Sachen durch die Natur nicht umbsonst hervor bringen lassen / sondern viel-

mehr zu unserm Nutzen: Aber versichert/das ist ein sonderbarer Deckmantel. Denn alle solche Chymische Præparata auß den Metallen/Mineralien und Vegetabilien hat die Natur keines weges herfür gebracht/ sondern dieselben werden allererst durch seltsame Bereitung (deren Ursache/ warum sie einer auf diese/ein ander auf andere Art gemachet/schwerlich glaube/ mir jemand wird anzeigen können) zu Medicamenten bereitet. Endlich ist das vornehmste/daß man saget: ob schon dergleichen Sachen mit unser Natur/ erstem Ansehen nach/ keine eintzige Ubereinkunfft zu haben scheinen/ wird dennoch derer grosse Nutz durch die Erfahrung übrig befestiget. Allein wenn wir in zweiffelhafftigen und danckeln Sachen vielmehr demselbigen Folge leisten sollen/ daß absonderlich die Erfahrung nützlich zu seyn bekräfftiget: so sage mir doch jemand/von welchen Sachen wir mehr Experientz haben/ und die so offentlich klar anzeigen/ daß sie unserm Leibe recht wohl dienen/ als von ordinaren Speisen. Denn diese/ wenn wir gesund/ können wir in so grosser Menge und alle Tage so offt gebrauchen/ und befinden auch so klar den Nutz hievon auß den Kräfften/ so sie unserm Leibe mittheilen/ daß alles dieses von niemanden kan in eintzigen Zweiffel gezogen werden. Wo mir jemand von einem eintzigen Medicament diß wird können beweisen/ daß ich solches/ wenn ich gesund/ auff diese Weise/ und in solcher Menge unschädlich gebrauchen kan/ als die ordinaren Speisen/ so will ich mich überwunden zu seyn gantz frey bekennen. Es wird hier gemeiniglich zur Antwort gege-

gegeben: wenn Medicamenta könten auff diese Arth und in solcher Quantität gebraucht werden/ als die ordinare Speisen/ so wären es keine Medicamenta. Welches/was es vor ein nichts beweisender Einwurff sey/ will ich hier nicht weitläufftig außführen. Denn es lauffet alles darauff hinauß/ daß man/ wenn man kranck/ was anders als wenn man gesund / gebrauchen müsse/ und daß also die Medicamenta nicht von einerley Eigenschafft mit den Speisen seyn dürffen. Welches doch noch nicht bewiesen/und vielmehr so ungereimt scheinet/ als einem außlöschenden Lichte mit Wasser auffhelffen wollen/wie oben gedacht. Wiewohl ich nicht läugne/ daß man mit einem Krancken anders/als mit einem Gesunden müsse umbgehen / welches auch eben in diesem Tractat anzuzeigen mir vorgenommen. Aber es folget dahero nicht/daß man alsdenn andere Sachen/ und die mit denen/so wir/wenn wir gesund/ geniessen/keine Ubereinkunfft haben/gebrauchen müsse; vielmehr im Gegentheil kan nicht absehen/daß mich ein gesunder Verstand bereden wolte / daß / so wir denjenigen mehr folgen sollen / das uns die Erfahrung nützlicher zu seyn anweiset/ und wir solche haben / die in grosser Quantität eingenommen / uns nicht bald einigen Schaden thun/ sondern vielmehr eine Stärckung unserer Kräffte verleihen / als wie die gemeinen Nahrungs-Mittel : und im Gegentheil andere Sachen vorhanden/die nicht in gleicher Menge genossen/uns allezeit schädlich seyn/ und die Kräffte sehr schwächen/ wie alle Chymische Præparata thun/so bald nur die von den Medicis gesetz-

te Dosis etwas zu viel überschritten wird: das sa-ge/kan ich (dieses beydes welches unlaugbahr feste gestellet) nicht absehen/daß mich/ ein gesunder Ver-stand bereden wolte/ daß wenn wir hernach kranck/ wir ehe die letztern uns ungewohnten zu uns nehmē solten/ als die ersten deren wir stets gewohnet. Ja/ was noch mehr/ es entspringet mir hierauß ein sehr wahrscheinlicher Argwohn / als wenn alle solche Chymische Præparata, deren Dosis in wenig Tropffen oder Scrupeln bestehen/ vielleicht pur lau-ter Gifft wären. Aber mit was vor einem Angesicht die/ so solche Medicamenta hoch schätzen/ diß/ was hier vortrage/ ansehen werden/ weiß warlich nicht; jedoch wolte ich nicht gerne jemanden/ ob er gleich vollkommen gesund/was/in Qvantität eines Löffels voll eingeben/ daß er dadurch plötzlich stürbe/ daß nicht alle/ und sie selbst wieder mich außschreyen würden, daß ich selbigen Gifft beygebracht? Wie wollen sie doch derohalben entschuldigen/ daß der-gleichen Chymische Medicamenta, die/ wenn sie nicht nur in Qvantität eines Löffels/ sondern in viel geringerer Portion eingegeben werden/ andern den Tod zu wege bringen/ nicht mit gutem Recht Gifft zu nennen? Und hieraus ist auch meinem Urtheil nach sehr klar abzunehmen/ woher es komme/daß sie sehr nützlich/dieweil nemlich so dergleichen Medica-menta in solcher Qvantität genommen/daß sie wohl grosse Alterationes in unserm Leibe erwecken/jeden-noch nicht desselbigen Würckung gäntzlich übern Hauffen zu werffen vermögens/ so schliessen sie da-her/ daß eben dieselbige viel kräfftiger als andere

Me-

Medicamenta seyn/ die empfindliche Anzeigungen ihrer Würckungen nicht gleich darthun/ un so merckliche Veränderungen/die sie alsdenn in unserm Leibe erwecken/ erklären sie/ das es geschehe/weil so hefftig wieder die Krancken streiten/ und geben nicht acht/ daß ein tegliches Gifft eben dergleichen Effecta würde thun/wen es in sehr kleiner Dosi eingenommen würde/als da sind: Erbrechen/Schweiß/grosser Rumor im Leibe ꝛc. wie die Exempel derselbigen/die manchmahl Gift bekomen/klärlich bezeugen. Wie herrlich aber solche Medicamenta wider die Kranckheit streitẽ/ würden sie glauben/ wen ihnen bekant/ wie viel dessentwegen eintzig un allein durch den Tod hingeraft/ dieweil von dem/der solche Medicamenta bereitete/ die von dem Medico vorgeschriebene Dosis unvorsichtig überschritten worden. Und möchte wohl wissen/ woher die Medici erlernet/ daß man in dergleichen Medicamenten so eine kleine Dosin nur dem Krancken reichen müsse? Wo mich nicht sehr betriege/ hat wohl mancher ins Graß beissen müssen/ ehe diß erlernet worden. Es ist mir bekant/daß selbsten Medici, weil sie gesehen/daß Krancke nicht wohl dran gewolt/ ihre Medicamenta zu sich zunehmen/ (weil sie sich dessen befürchtet/ ) ihnen einen Muht hierzu zu machen/ gesagt: daß sie sehen könten/ wie sie gantz nicht schädlich so wolten sie die Dosin, oder was sie auff einmahl nehmen solten/ noch vermehren/ und solches selbst gebrauchen/ wie sie auch würcklich verrichtet/ aber sich dahero grosse Kranckheit zugezogen Ja ich weiß von einem jungen Medico, der eben dasselbige gethan/ und ob er wohl gleich

gar gesund/ sich hierdnrch den Tod gar geschwinde erholet. Unterdessen/ wenn die gesetzte Dosis nicht überschritten wird/ und dessentwegen solches unsere Natur zu übersehen vermag/ auch alsdann nicht mit solcher Menge der Medicamentorum, wie bey den Galenicis bräuchlich/ überhäufft wird/ kömmt es dahero offt/ daß die Krancken in kurtzer Zeit genesen; Und dieses wird fälschlich (weil diß nicht wol beobachtet wird) dergleichen Medicamentis zugeschrieben/ auch solche dessentwegen den Galenicis, die in grossen Träncken und dergleichen bestehen/ vorgezogen. So könte ich weiter viel Sachen erzehlen/ die klärlich darthun/ daß der Krancke nicht durch Hülffe der Medicamentorum, sondern offtermahls nur durch die Kräffte seiner eigenen guten Natur/ welche durch den Gebrauch der ordinaren Speisen unterhalten worden/ eintzig und allein wiederum zu voriger Gesundheit gelanget. Ich habe einen Mann gekennet/ der einen sehr grossen Nahmen/ die Krancken zu curiren, in der Welt erlanget: Ja ich weiß noch viele/ und unter denen die fast in der Artzney-Kunst wenig erfahren/ die dessen Methode nach/ sehr glückliche Curen gethan/ welche in diesen wenigen bestehet: Wenn grosse Schmertzen bey dem Krancken sich befinden/ so brauchen sie Opiata, wenn die Hitze sehr groß Alkalia. Wenn aber wenig Wärme und vielmehr Kälte verhanden/ so gebrauchen sie acida. Weil nun unter diesen dreyen allezeit eines gewiß oder mehr bey Krancken befindlich/ so wissen sie unschwer/ was dem Krancken vorzuschreiben sey/ indem nur in dem Gedächtniß etliche Alkalia, acida &c.

da &c. man zu behalten nöhtig hat und deren Doses, wenn einer gleich keine eintzige Wissenschafft sonst von der Artzney-Kunst hätte. Dahero weiß ich daß ein junger Medicus sich bey andern anwesenden Medicis, die diese Methode nich wusten/in grosse Verwunderung und æstime gesetzet/ daß er mit grosser Fertigkeit/ vielerley Art von Recepten/ den Krancken wuste vorzuschreiben. Denn zum Exempel sechserley Aikalia und Acida können sehr offt so verändert werden/ daß alle zusammen genommen/ die gesetzte Dosin nicht übertreffen/ auch leicht mit andern so vermischt und præpariret werden/ daß sie in form gewisser Pillen/Pulver/Morschellen/Geträncke und Säffte/ mit was vor einen Geschmack es auch dem Krancken beliebet/ können überreichet werden. Doch verwunderten sie sich noch mehr/ als sie sahen/daß eben seine recepte, die sie sich notiret/ in geichen Fällen hernachmahls gebrauchet/ der Außschlag gantz anders fiel. Denn sie hatten nicht bemercket/ daß dieser gute Herr Opiata zwischen den Nägeln gehalten/und den Artzneyen des Krancken den Schlaff zuwege bracht/hatte es vor denen/ so dieses nicht bekandt war/ein groß Ansehen/daß der Krancke wieder anfienge gesund zu werden. Doch will ich nicht weitläufftig fallen/ um zu erweisen/ daß dieser Methodus zu curiren in keinerley Weise sicherer sey als der/ den ich itzt vorzustellen anfange/ weil es nicht allzuschwer zu erkennen; Dann auch über diß allzu klar/ daß hiedurch nur die Symptomata oder Zufälle der Kanckheit (wo es noch geschicht)

schicht) nicht aber die rechte Ursache / davon die Kranckheit entstehe/gehoben werde/und also die Cur des Krancken nicht demselbigen/ so diese Methode gebrauchet/ sondern vielmehr der guten Natur des Krancken zu zuschreiben. Doch wird sie noch leichter durch die folgende Regul wiederleget werden/da ich die rechte Manier / die Ursache selbst / daher die Kranckheit entspringet/oder wie sie die Medici nennen/ die causam morbificam wegzunehmen anzeigen werde; Und denn wird es bekandt werden/ daß es durch itzt beschriebene Manier keines weges effectuiret wird. Wiewol ich müste sehr weitläufftig fallen/wenn alle Kunststücke erzehlen wolte/dadurch offte Ignoranten sich in viel grössern Ruff als Medici, die in der Artzney-Kunst sehr wohl erfahren/zu bringen wissen. Es sind auch allen solche Sachen nicht so unverborgen/ als selbige sich wol einbilden. Auß diesem allen aber nun/ glaube/ wird zur Gnüge klar seyn/ daß dieselbigen/ auß der Massen betrogen werden/die da glauben/daß die wieder ertheilte Gesundheit allezeit den gebrauchten Medicamentis zu zueignen/ uñ daß es deshalben sicherer sey zu dergleichen/wenn wir kranck/ unsre Zuflucht zu nehmen/ als nur zu demjenigen/ das ich eintzig und allein in acht zu nehmen/ in dieser Regul/oben vorgetragen. Ich gestehe zwar/ daß auß diesen allen folget / daß dieselbigen Medicamenta, die aus den Vegetabilien bereitet/nicht so schädlich zu sein scheinen/und dessentwegen als die vorigen sicherer zu gebrauchen; doch sehe auch nicht/warum man lieber

ihre

ihre Essentien, die wir gar nicht so gewohnet/ als die Essentien der Speisen gebrauchen wolten/ das ist/ denjenigen Saft aus denselben/ so wir oben gedacht/ zubereitet/ an den unsere Natur gäntzlich gewohnet/ und da wir in keiner Sache/ daß er so wohl unser Natur bekomme/ durch so viel Experientien täglich überzeuget werden. Doch liegt mir nichts daran/ es mag jeder hievon fest stellen was ihm beliebet/ so er mir nur zugiebet/ daß diese Mittel/ so itzo vorgetragen/ die allersichersten sind/ die wir wissen. Und weil ja/ so in einer Sache behutsam zu verfahren/ es absonderlich in dieser seyn soll/ die der Menschen Leben oder Tod betrift/ so sollen selbige billich eher/ als sonst etwas/ gebrauchet werden. Es ist aber wohl zu mercken/ daß ich darum nicht die Chimie in geringsten verwerffe/ sondern daß vielmehr selbige einem jeden Naturkündiger höchstnöhtig zuwissen urtheile/ als eine sehr herrliche Wissenschafft/ dadurch wir unglaublichen Nutzen geniessen; an welchem nicht zweiffeln wird/ wer betrachtet/ daß Mettalle/ Glaß/ vielerley Art von Mineralien, Kalck/ Ziegeln/ Zucker/ Saltz/ Pulver/ allerhand Farben/ und dergleichen mehr/ durch nichts als Chymische Operationes zuwege gebracht können werden. Weiter ist auch wohl zu mercken/ daß ich hier von generaln Mitteln rede/ die anzeigen/ wie in allen Kranckheiten zuverfahren/ nicht aber von Kranckheiten die von Ursachen/ so extraordinar sind/ entsprungen/ das ist/ entweder von ungewohnten Sachen/ die wir unvorsichtig zu uns genommen/ oder die von Zufällen entstehen/ die

unserm Leibe äusserlich zukommen. Denn/wenn sie alsdann etliche Specifica haben/ werden sie leicht urtheilen/ daß diese im geringsten nicht verachte/ wenn sie auch noch so seltsam scheinen/ dieweil in zweiffelhafftigen und dunckeln Sachen freylich wohl deme zu folgen/ (wie gemeldet) das die Erfahrung sehr nützlich zu seyn bezeuget. Daß aber in übrigen Zufällen/ die nicht von so extraordinaren Sachen entstehen/ solche Specifica sehr rar vorhanden/ was auch andere hingegen davon rühmen/ ist nur auß diesem allzu offenbahr/ daß/ wenn sie alsdenn dergleichen hätten/ sie solches absonderlich erweisen solten in den allerbekantesten Kranckheiten/ wie die Fieber sind/ oder noch in schlechtern Zufällen/ als da sind Zahn-Schmertzen/ Husten/ Heißrigkeit rc. denn weil mit dergleichen die Menschen sehr offt und aller Orten fast befallen werden/ so haben sie sich von denen mehrere Erkäntniß in so viel Seculis zuwege bringen können. Und habe ich offt bey denen/ die mit sehr grosser Verwegenheit mich versicherten ( da nur dergleichen verlangte ) daß sie gewisse und niemals fehlschlagende Mittel hierinnen hätte gesehen / daß wohl bey etlichen aber doch sehr danckele Hülffe hierauff erfolgete/ und also nicht so empfindliche/ wie sie gerühmet/ bey dem meisten aber schlug es gantz fehl/ darüber ich mich gar nicht verwunderte. Denn dieweil/ wenn wir gesund sind/ auch die Speisen / die sehr gut/ nicht zu aller Zeit uns dienen/ noch auch/ nach dem wir andere / und andere Speisen vorher zu

uns genommen: was will man doch guts hoffen/ wenn wir kranck sind / da solche singulare Effecte in unserm Leibe seyn können / daß die Mittel/ die vielleicht gestern geholffen hätten/ heute gantz zuwider seyn/und die einem nützlich / dem andern schädlich seyn können. Denn ich ersuche daß man wol hierauf acht schlage(dieweil alle fast hieriñen über die Maasse sehr irren ) daß die Effecta oder Würckungen / so von den Medicamentis zu hoffen/nicht von ihnen nur allein dependiren / sondern so wohl von denselbigen / als zugleich von dem Zustand unsers Leibes. Und wer wolte also doch in einer solchen Vielheit der Sachen / und dessentwegen in so grosser Dunckelheit oder Unwissenheit derselbigen vorgeben/daß er viel Specifica habe / die unzweiffelbahr gewiß und ohne Unterscheid vor alle Leute und zu aller zeit zu gebrauchen. Aus welchen allen denn aus dermassen deutlich zu seyn scheinet/ daß nichts generaler oder besser fast erdacht werden könne/ als diese Mittel / die in die er Regul vorbringe. Es haben mir sehr verständige Medici selbst bekennet/ daß sie ordinaire Fieber durch Medicamenta vielmehr ärger gemacht und dann bemercket / daß nichts bessers sey/ als absonderlich alsdann von allen Medicamentis abzustehen ; daß auch die solches gethan und diæt gelebet / von selbigen viel geschwinder/auch von vielen andern Kranckheiten sich befreyet. Ich schreite nunmehro fort weit fürtrefflichere Hülffs-Mittel/ die die rechte Ursache

sache der Kranckheit wegnehmen/und die fast universal vor alle Kranckheiten seyn/vorzustellen/doch muß ich nur endlich dieses noch erwehnen/ warum eben in dieser Regul gedacht/daß man alles/ was man zu sich nimbt fein ordentlich und zu den behörigen Essen-Stunden gebrauchen soll. Denn wir sehen auch/wenn wir gesund/daß wir alsdann mit besserm Appetit essen / und daß es uns auch weit besser bekombt/als wenn wir ausser gewöhnlicher Essens-Zeit unordentlich hierinn verfahren. Und habe mich nicht genug wundern können/wenn vielmahl zu Krancken kommen/ absonderlich bey vornehmen Leuten/was da vor ein unordentliches Leben vorgehet. Beklaget sich der Krancke wieder nur ein wenig/ so giebt man ihm auch wieder was ein/ bald von diesem/bald von jenem/und offt innerhalb 2. Stunden so vielmahl und von so unterschiedenen Sachen/ daß mir einbilde / wenn man gesund und thäte dergleichen/ so würde man kranck/geschweige/ daß ein Krancker/ durch solche Unordnung/ wieder solte können gesund werden. Doch übrig genug von diesem.

## Die eilffte Regul.

Alle Gliedmassen des Leibes sind in guter Ruhe zu lassen / wohl warm zu halten und mit Schwitzen gut anzugreiffen.

## Beweißthum.

Daß ich hier sage / daß alle Gliedmassen in guter Ruhe zu lassen / versteh ich nicht / wie in der achten Regul / daß sie von allen Geschäff-

ten

ten ruhen / auch nicht allein daß sie auff einem Bette als denn wol der Ruhe pflegen sollen: sondern absonderlich/ daß wir uns so viel als möglich sollen stille halten. Denn so habe ich befunden/ daß bey grossen Schmertzen/wenn ich mich so lange/ als möglich/ stille auf einer Stelle gehalten/ der Schmertzen ziemlich nachgelassen/ oder doch viel leidlicher worden; Da hergegen/ je mehr mich hin und wieder gewendet/es vor mich viel beschwerlicher befunden. Scheinet auch der Vernunfft sehr gemäß/daß die Würckungen der Natur/die ohn Zweiffel gegen die Kranckheit so viel möglich operiren / hiedurch sehr verhindert werden / welches durch diese experientz wol abzunehmen: wenn wir was gessen / daß dem Magen zu wieder/und wir mercken/daß er solches von sich geben will/so werden wir solches gar leicht verhindern/ wenn wir uns in eine andere Leibes-Positur stellen / als wir zuvor gewesen / das ist / wo wir vorhin gestanden / uns nur bald nieder setzen/ halten wir uns in dem Situ wieder etwas still/so werden wir solches wieder befördern/ richten wir uns dann wieder auf / so wird solches wieder verhindert werden/und so ferner: oder / so wir liegen / werden wir bemercken/ daß / durch hin und wieder wenden/solches gleichfalls sehr gehindert wird: auch so / daß ich selbst Purgationen viele Stunden lang also verhindert und auffgehalten. Aus welchem erscheinet/wie so schändlich es vor Krancke/wenn sie aus Ungedult / fast nicht eine Viertelstunde lang stille liegen. Alldieweil aber/ wenn

man

man auf einer Stelle zu lange lieget / das Bette sehr zusammen gedrucket wird/und also das harte Liegen/Schmertzen oder Verdrießligkeit machet/ so ist es denn gut / wenn man sich guter weicher Bette bedienet / oder wenn man sich umwendet/ daß es langsam/ und man eben in dem Situ verbleibe / wie vorhin / das ist / so man vor ausgestreckt gelegen/man alsdann auch so liegen bleibe/ und so fort: absonderlich so man bemercket/daß in gewisser Stellung des Leibes man nicht so viel Beschwerligkeit empfinde / in derselbige meist also zu liegen verbleibe. Und das wäre also das erste was wohl zu observiren.

Ferner ob es gleich nicht ein geringes / daß man die Natur also (die alle ihre Kräffte wieder die Kranckheit anwendet) in ihren Würckungen nicht verhindert: so ist doch dieses nicht genung/sondern man muß auch ihr selbst mit zu Hülffe treten: Und also weiter/ weil wir in vorhergehenden gesaget/daß die Kranckheit daher kommet / weil die Kräffte der äussern Sachen (die zu unser Natur nicht gehören) stärcket/denn unsers Leibes-Kräffte werden/ und also solche zu vernichtigen suchen: Scheinet/ daß eine starcke Hülffe solchem entgegen gesetzet werde/ wenn alsdann dem Calori interno oder nativo, dieweil er solches durch sich selbst nicht zuthun vermag/und deshalben unterlieget/hierdurch geholffen wird/daß man in einer guten warmen Stuben sich nicht allein alsdann befinde/ sondern absonderlich in einem Bette alle Gliedmassen wohl bedecket und warm halte. Hier begehet man insgemein wieder sehr

grosse

grosse Fehler / daß / wenn die Wärme im Bette ein wenig unleidlich fallen will / man sich gleich entdecket und sehr bloß lieget / da die Leute gemeiniglich denen / die sie eines bessers erinnern / sagen: Bin ich doch in einer warmen Stuben. Da doch die Wärme in der Stuben gegen der / im wol zu gedeckten Bette / gar sehr unterschieden; Und man alsdann absonderlich jählinge Veränderung (nach der vierdten Regul) sehr meiden muß / massen wer Achtung darausfgiebet bald den Schaden verspüret / der sich aus Mattigkeit / Blehung oder Winde / die im Leibe drücken verursachen / oder so sie ihren Ausgang finden können / durch Auffstossen geschwinde zuerkennen giebet / wie wir denn in solcher Zeit die Wirckungen der gähligen Veränderung oder den Schaden vielleichter bey uns bemercken; Als wenn wir gesund seyn. Ich sehe auch nicht / daß dieses mehr Erklärung von nöthen hat / und wäre zu wünschen / daß es von Krancken so wol in Acht genommen würde / als leicht es kan verstanden werden. Hier aber bin ich jedennoch genöthiget noch waß bey zu fügen: Indem fast meistentheils alle hierbey grosse und schädliche Irrthüme dieserwegen / was ich bißher gedacht / bey sich hegen: Massen viele wenn sie sehen solten / daß man einen Krancken wenig oder fast nichts eingebe (wie in voriger 10. Regul gedacht) und ihn in Ruhe und Wärme so etliche Zeit liegen liesse (wie jetzo in dieser eilfften Regul verlanget) so würden sie zweiffels ohne meinen: man thäte dem Krancken gar keine Hülffe und liesse ihn so liegen / sterben und ver-

der-

derben; Welches ein sehr falscher und schädlicher Irrthum ist: Der seinen Ursprung daher hat; Daß weil alle Wirckungen so bey den Krancken unterdessen/ durch die Mäßigung/ Ruhe und Wärme zwar sehr kräfftig / doch gar langsam operiren und keines weges in die Augen fallen/so dencket man es geschiehet gar nichts: Ist eben so gröblich geirret/als wann einer vermeynte/ daß weil eine Henne bey 3. oder 4. Wochen über Eyern sitzende / nicht anders als nur eine mässige Wärme verursachete/ so gienge gantz und gar nichts vor / und würde da kein sonderlicher Effect zu erwarten seyn / der doch versichert hier so seltsam / daß / wenn es nicht so gemein und bekand/man es vor ein Wunderwerck halten solte/wie daß ein Ey/in welchem man nichts sonderbahres anfangs mit den Augen bemercket/in so weniger Zeit/und durch nichts als die Wärme so sehr verändert solte werden/ daß eine lebendige Creatur/ mit so Gliedmassen versehen/ solte hervorkommen; Welches Exempel uns gäntzlich überzeugen solte/ nicht allein wie die Wärme von so singularer Krafft und Wirckung/sondern absonderlich wie alle operationes der Natur nicht gewaltsam/ sondern gantz gelinde uñ langsam verfahren. Da wir hergegẽ gantz contrare Gedancken haben/ und dannenhero gantz schädlich wollen und auch so viel als möglich darzu thun/ daß Krancke geschwinde sollen curiret seyn; nicht Gedult haben der Natur ihrer Zeit und Wege/ die sie schon selbst bestens zu gehen weiß/ zu lassen/ sondern sie auff alle Weise/ nach unsern falschen

præ-

præjudiciis zu turbiren suchen. Ich könnte sonderbahre Exempel aus den Historien anführen/ da Leute bey hohem Alter und nach langer ausgestandener Kranckheit/ da jedermann vermeynet/ weil sie wenig oder nichts von Speise und Tranck/ noch auch einzige Artzneyen zu sich nehmen können oder wollen/ sie würden nohtwendig sterben/ sich gantz ein anders erzeiget/ daß sie nicht allein vollkomen wiederum gesund wordē/ sondern auch auf vielerley Weise sich wiederum wie verjünget / daß sie bewegsamer worden/ die alten Zähne ausgefallen und neue gewachsen/ alle ihre weisse Haare gantz verlohren/ und an deren Stelle wieder schwartze gewachsen ; Wie ein dergleichen Exempel selbst mit Augen gesehen. Doch dieses alles/ was bißhero gedacht/ an die Seite gesetzet/ dörffte man nur darauf Achtung geben/ was bey Kindern in den Blattern oder dergleichen sehr gemeinen Kranckheiten vorgehet/ welche man ohn eintzige Artzneyen nur durch die blosse Wärme und Diæt curiren kan ; so würden der Natur ihre Wege/ wie solche GOtt in sie geleget/ wohl erkandt/ und wie hernach zu verfahren / gar viel nützliches geschlossen werden können. Denn hier wird man sehen / daß sie etliche Tage in grosser Hitze zubringen oder sonst sich übel Auffseyns beklagen / ehe sich die Blattern zeigen/ da denn wohl viele zweiffeln solten/ was daraus werden würde/ wenn man nicht schon wüste/ daß die Blattern in diesem Alter gemein/ oder viele dergleichen bereit gehabt hätten / da sich gleiche Zufälle vorher erwiesen. Aus welchem

man wahrscheinlich schliessen könte / ob nicht viele dergleichen Kranckheiten den Menschen wie hier in der Jugend / also bey anderm Alter gemein / die wir noch nicht wissen / und die vielleicht / da diese etliche wenige Tage erfordern / ehe der Natur Würckung und Zweck sich offenbahr an die Augen stellet / hier etliche Wochen nöthig seyn / ehe diß kan erkant werden. Hier würde man also nichts nützlichers thun / als daß man der Natur durch convenient Mittel zu Hülffe trete biß sie ihren Zweck erreichet / und könte hierdurch vielleicht viel annoch erlernen / das uns itzo unbekant. Da hergegen / weil man bey hohem Alter absonderlich den Tod fürchtet / im Gegentheil desto mehr eilet den Krancken durch viele Artzneyen / von diesem Ubel so geschwinde als möglich / zu befreyen; wiewol dem Schein nach wieder alle Raison Ferner siehet man hernach mit Augen wie die Blattern nicht alle auff einen Tag zugleich hervor kommen / sondern nach und nach / mehr und mehr sich eussern / und mählichen grösser werden; welches uns sichtbar anzeiget / wie die Natur nicht gewaltsam noch geschwinde / sondern mählichen wircke / und dannenhero ihre gewisse Zeit nohtwendig haben müsse / die man also gedultig / vorgeschriebener massen abzuwarten hätte Endlich bemercket man auch / daß die Gliedmassen / die man wärmer gehalten / an demselbigen sich die Blattern viel eher erzeigen werden / als an anderen die kälter / oder nicht so bedeckt gewesen; welches unwiedersprechlich der Wärme grossen Nutzen anzeiget. Welches noch klärer aus die-

dieser Experientz zuersehen/daß so man einen der die Blattern hat/den einen Arm wol einhüllet/nicht allein an selbigem die Blattern viel eher heraus kommen werden/als an einigen andern Gliedmassen/die man bloß gehalten/ sondern auch bereit wieder werden vergangen seyn / da sie an andern Gliedmassen erst hervor kommen. Woraus man klärlich siehet/ daß man durch andere Wege sich nicht nur die Kranckheit verlängert/und durch die Wärme hergegen mercklich verkürtzet / sondern absonderlich von was vor Fürtreffligkeit ietzt vorgeschlagene Mittel seyn/ mehr als man insgemeine sich wohl einbildet. Ich bin bey einer Frauen so von etliche achtzig Jahren/ehe sie verschied stets/ gegenwertig gewesen/bey welcher das Malum Epilepticum über sechtzig Stunden anhielt / wurde aber nach und nach vielmehr kühl als warm gehalten / und weilen die Natur bey so hohem Alter noch solche ungläubliche Kräffte erwies/ so dencke man selbst nach/ was vielleicht erfolget were/ so man sie mit der Wärme recht secundiret hätte/wovon in nachfolgendē ein sonderbahres Exempel producire. Wo zu ehe ich zum dritten von dieser Regul schreite / so wil noch ein Exempel beyfügen: Wie das Malum Hypochondriacum zu curiren / da durch die 2. ersten Theile dieser Regul und von was vor Wichtigkeit sie seyn/ noch klährer werden wird/ welches aber etwas ausführlicher vor habe zu remonstriren/ weil mein intent mit diesen Scripto insonderheit dahin gehet den Acquisitoribus Sapientiæ zu dienen/

welche gemeiniglich hieran viel laboriren. Der Ursprung dieser Kranckheit bey Studirenden beruhet hierinne/weil diese Leute viel bey dem Studieren sitzen müssen/so werden hierdurch die Viscera in intimo ventre sehr comprimiret/ und also die Operationes so den Chilum produciren sollen/gehindert. Vors andere wird ob motum magis coarctatum eine grössere Hitze als gewöhnlich in diesen Operationibus causiret / insonderheit wenn Leute viel nach dem Essen den Studiis obliegen welches auch viel Alteration verursachet. 3tens pflegen Leute wenn sie lange stille gesessen/ und der Unterleib/ohne daß sie es bemercken/sehr echauffirt gleich auffstehen/ da denn die Lufft/welche (obgleich in einer warmen Stuben dennoch in Ansehung der grossen innerlichen excitirten Wärme) gantz kalt darauff fället und grosse incrasirung der Säffte und Verhinderung der Circulation verursachet/ besonders so noch 4tens über dieß Geträncke gebraucht wird/so nicht hierzu dienlich. 5tens so wird bey Leuten die viel Meditiren die Respiratio sehr gemässiget/wodurch doch die Concoction der Speisen und viel andere Operationes im Leibe grössern Theils gefödert werden muß. Wer dieses alles considériret/wird sich über die schwache Constitution der Gelehrten nicht viel wundern : Aber solchen wol vorzukommen ist nöthig/ daß man sich Stühle machen lasse/die so niedrig/daß man auff gerichts sitzen kan/und die Bein Kleider so commode einrichten/ daß keine grosse Compression des Obernleibes erfolge/

folge/ welches eintzige/nach dem es viele gethan/von diesem Malo keine Beschwerung gehabt / wie auch viele gute Freunde/die wenn sie geschrieben aus dieser Ursachen stets stehen müssen: Zum andern wenn man etwas gesessen und der Unterleib erwärmet/ so muß man nicht gleich auffstehen/ wenn man auffgehöret vielzuschreiben/sondern zu erst auffgericht sitzen/und alsdenn auff stehen/ 3tens die Nacht außgestreckt und warm liegen / damit wenn die Compression bey Tage geschadet/sie bey der Nacht wieder redressiret werde. 4tens guter Geträncke so einem wohl zuschlägt gebrauchen. 5tens nicht anders als viele Stunden nach dem Essen/den Studiis wohl obliegen/ dieß wäre also ein Præservativ, daß wenn es ein Gelehrter in Acht nehme nicht vermeine daß er leicht über dieses Malum klagen soll/ wenn man aber bereits mit selbigen behafftet/so weiß kein besser Mittel als dieses/ man muß durch Reisen sich divertiren und wenn diß nicht helffen will / von allen Studiis ablassen / in Kleidern bleiben/sich in ein warm Bett legen/etliche Tage wohl außgestreckt liegen / warme geträncke und Brühen gebrauchen; und so lange anhalten/biß die Operationes im Leibe rectificiret/der Appetit sich wieder findet/und man also wieder restituiret wird. Und diß wäre also auch das andere / was bey dieser Eilfften Regul in achtzunehmen. Endlich ist also diese Hülffe der Natur/ob sie gleich sehr groß/doch auch noch lange nicht genug: indem über diß drittens zu gewissen Zeiten/ die innerliche Wärme so sehr muß vermehret wer-

den/daß sie alles dasjenige von sich stossen kan/ welches sich ihren Würckungen in unserm Leibe entgegen setzet und solche verhindert. Ist derohalben wohl zu mercken/daß alles das/was wir/den Leib zu unterhalten / zu uns nehmen/ entweder demselbigen zu dessen Nahrung dienstlich sey oder gantz nicht diene: wo es selbigem dienet/ so kan es entweder in allzuweniger Quantität vorhanden seyn / und mit mehrer Nahrung zu uns zu nehmen verbessert werden: oder in rechter Masse/ und alsdann kan es unserm Leibe nicht schaden : oder auch endlich in grosserQuantität/als der Leib zu vertragen vermag/ und das kan freylich grossen Schaden verursachen/ wie ich denn oben gedacht / daß gemeiniglich bey Kindern hieraus die schwere Noht/ bey Leuten von mehrerm Alter hiervon die ordinaren Fieber; bey Leuten von noch höherem Alter hierdurch der Schlag meistentheils entstehen. Wann aber solches unserm Leibe nicht dienet / wird es entweder durch die Natur wieder ausgetrieben / oder nicht ausgetrieben. So es wieder ausgetrieben wird/ als durch Sedes, Urin und exhalationes per poros &c. ist es klar/ daß es daher nicht schaden kan: so es aber nicht ausgetrieben wird/ und doch nicht zur Nahrung unsers Leibes dienet / kan es sehr vieler Kranckheiten Ursache seyn / nachdem es aus unterschiedenen Sachen bestehet / oder auch auf unterschiedene Art in allerhand Gliedern / durch lange Zeit/ sich mehr und mehr zusammen häuffet. Aus diesen wenigen scheinet fast unzweiffelbar zu seyn/

daß

daß die Generale und allererste Ursache und also der wahre Ursprung aller unser Kranckheiten / die von der Nahrung kommen/nur daher entstehen/ daß entweder die Sachen/ so zu unser Nahrung dienen/ in allzugrosser Quantität verhanden/ oder daß viele Sachen / so zu unser Nahrung nicht dienen / sich gleichfalls übrig sehr zusammen häuffen ; und dessentwegen scheinet freylich wohl/daß kein Generaler und dahero nützlicher Hülff-Mittel könne/ vor alle dergleichen Kranckheiten ausgesonnen werden/ als ein solches/ daß alles das/ was in unserm Leibe überflüssig/und sich also vielmehr dessen Würckung entgegen setzet und solche verhindert / wohl auszutreiben lehret. Dieses aber kan weder durch purgiren/weder durch Aderlassen noch dergleichen Ausleerungen vollkommen erhalten werden. Denn alle solche Ausleerungen sind nur particular, das ist / sie treiben nur gewisse Sachen aus / nicht alles und auff gleichmässige Weise / was im gantzen Leibe überflüssig verhanden/ wie auch hernach durch viele Exempel mehr erklären wil. Derohalben weil durch grosse Vermehrung der innerlichen Wärme / durch den Schweiß / alle überflüssige Sachen so ausgetrieben werden/ daß alle/ des gantzen Leibes Gliedmassen und auff eine gleichmässige Arth/angegriffen werden/auch biß dato uns kein anders bekand/das solches so vollkommen leistete/ist zuschliessen/daß wir kein bessers und universalers Hülff-Mittel wieder alle Kranckheiten/ die von ordinaren Sachen entstehen/haben/und dessentwegen/was in dieser Regul

vorgestellet/ die heilsamsten Mittel seyn / die den Krauckheiten können entgegen gesetzet werden. Und dieses könte also gnug seyn/ umb das/was ich vorgebracht wohl zu defendiren/ daß wenn in dergleichen auch mathematische demonstrationes formiret würden / daß sie doch noch lange nicht die alten einwurtzelten Vorurtheile/ mit welchen fast alle hierinnen eingenommen/auszutilgen vermöchten: weßwegen ich auch alles dieses durch die Erfahrung bekräfftigen will/ was ich itzo nur durch blosse Rationes mich zuerweisen beflissen habe. Es ist vor erst nichts bekandters / als daß die Natur unzehlbare Sachen die überflüssig / durch feces, urinam, &c. wie oben gedacht/ von sich treibet: Aus welchem wir klärlich sehen / wie starck die Natur von sich stossen kan/ was ihr nicht nöthig. So werden auch die Leute in den ersten Jahren durch die Blattern/ Massern / Rütteln/ Krätze und dergleichen Kranckheiten fast aller Orthen angegriffen / dieweil nemlich die Natur/ da die Wärme noch in grosser Stärcke/ alle dergleichen Sachen/ welche als überflüssig sich so zusammen häuffen / heraus dränget/ ist auch nichts gefährliches bey dergleichen Kranckheiten (wofern es Kranckheiten und nicht vielmehr der Natur Verbesserungen zu nennen) wenn man sich nur wohl warm hält: Sonsten wie bey den Blattern bekand/ wo man sich erkältet/daß sie wieder einschlagen/hat man der Wiederauffkunfft sich schwerlich zugetrösten. Stellet uns derohalben die Natur selbst gantz klärlich gleichsam vor Augen / was wir als-

alsdenn thun sollen / wenn mit zunehmendem Alter/ dieses die innere Wärme nicht durch sich selbst zuthun vermag; Dieweil aber dieses nicht geschiehet/ und sich noch überdiß immer mehr und mehr sammlet/so werden alle Würckungen des Leibes immer je mehr und mehr auch verhindert / daß alles/ je älter wir werden/immer langsamer von statten gehet/und wird so bey mählichen die innerliche Hitze immer schwächer/umb das was ihr Contrar wohl zu überwinden/darauf denn unzehlbahre Kranckheiten und endlich derTod selbsten hernach folget. Und dieses wird durch eine sichtbahre Experienz an vielen Höfen erkennet/da die Weine in sehr grosser Menge getruncken werden: Denn wir sehen/daß dieselben meistentheils alsdann durch das Podagra befallen werden/ so/ daß sie nicht gut zu Fuß/ krumme Finger haben/die sie wenig können bewegen/und mit grossen Buckeln besetzt/ von welchen bekandt: tollere nodosam &c. Es ist auch kein Wunder; Dieweil die Weine eine so grosse Menge Weinstein bey sich führen/ der bey vielen sich mählich und mählich zusammen findet. Da hergegen Bauern und alle die viel arbeiten / dieweil sie durch Schwitzen alles so wohl austreiben/sehr selten vom Podagra, und viel rarer als andere die nicht arbeiten / und wohl essen und trincken / von Kranckheiten heimgesuchet werden. Ich habe Leute gesehen/die Botenläuffer abgegeben und mit grosser Fertigkeit ihrer Gliedmaassen diesen Dienst verrichtet/ ob sie schon 80. Jahr überschritten / dieweil man nemlich durch gute Bewegung

die innere Wärme/alles was ihr Contrar, bey mäh-ligen immer von sich getrieben: So sehen wir selbst mit Augen wie auch bey denen / die die Zähne nicht sauber halten/ sich so viel angeleget/daß sie nicht allein sehr ungestalt / sondern hieraus auch Zahnschmertzen und andere schädliche Zufälle kommen/ da hingegen nicht so leicht gesehen/daß die/so sich die Zähne sauber halten / mit Zahnschmertzen wären vexiret worden. Ich habe ferner gesehen/ daß die sich durch Tantzen sehr verhitzet / dieweil sie einen kalten Trunck Bier hierauff allzugählinge getruncken / sich eine solche Kranckheit zugezogen / daß sie fast durch keine Medicamenta wieder konten zurechte gebracht werden. Da ich hingegen dergleichen selbst einmal gethan / allein so bald ich die Schwachheit der Kräffte zu zunehmen vermerckete/ so fuhr ich wieder fort/ mich durch den Tantz hefftig zubewegen / und habe dessentwegen hernach nichts übels verspühret ; Weiß auch daß andere dergleichen mit gutem Erfolg gethan. Und fast nur dieses weiset klärlich an/wie weit/wenn der innern Wärme so geholffen wird / solches alle Medicamenta übertrifft. So geschiehet auch an etlichen Orten/wenn die Pferde durch starckes Reiten sehr schwitzen/ daß man ihnen frisch Wasser zu trincken zu läst / welche hernach/ wenn man sie so darauf gleich ruhen liesse/ freylich wohl meistens gar hinfallen würden / wie durch Exempel genugsam bekandt: Dieweil man sie aber gleich hierauff sich starck zu bewegen durch fortreisen/so antreibet/so haben sie hiervon keinen Zu-

fall.

fall. Gewiß ein aus der massen klares Exempel/was die innerlich Wärme zuthun vermag/ wenn ihr wieder die Sachen/ die sie zuüberwältigen suchen/ geholffen wird. Ich habe vielmahl grosse excesse im Trincken begehen müssen/ da aber hernach in der Nacht mich wohl in das Bette einwickelte/ und so die gantze Nacht unverrückt fortschlieff; folgenden Tages aber mich mählichen/des Schweisses wegen/ an die Kälte machte/habe ich mich so vollkommen gesund befunden/als wenn nichts dergleichen vorgangen wäre. So habe ich einen gekennet/der nicht weniger als andere Hoffleute grosse excesse hierinnen that/ dessen ungeachtet er sich nicht allein sehr wol auff befand/sondern auch von dem Podagra, Gicht und dergleichen Kranckheiten/wie viele andere/nicht geqvälet wurde: worüber ich mich nicht verwunderte/da ich sahe/daß er alle Jahre / alles überflüßige durch den Schweiß sehr starck austrieb/ vornehmlich als ich bemerckete/daß in dem Schweiß (denn er auff gewisse Art zusammlen pfleget) nachdem er sich etwas gesetzt / fast der dritte Theil zu einer harten und weissen Materie wurde/dem Tartaro, so in den Beinen befindlich/ nicht ungleich: dannenhero ich denn auch gäntzlich schloß/ was vor ein vortrefliches Mittel es sey/so durch den Schweiß alles überflüßige von uns bringen; könte mir auch nimmermehr einbilden/daß dergleichen durch eintziges ander Medicament könte zuwege gebracht werden/oder auch durch eintzige andere Außleerung durch purgieren/Aderlassen/ Schröpffen oder dergleichen:

Als ich über diß noch befand/ wie dieser Mann vor andern zu einem hohen Alter gelangete/ mit was Fertigkeit der Glieder er alles verrichtete/ daß er noch reiten und viele ander in diesem Alter sehr beschwerliche Sachen verrichten konte. Aus welchem Exempel denn auch/ das nemlich eine solche Materie/die hernach so hart worden/durch Schwitzen können heraus getrieben werden / scheinet/ daß das Schwitzen ebenfals ein sonderbahres Mittel sey wieder solche Materien/ die in uns zu Steinen werden/als wie der Nieren-Blasen-Stein etc. Deñ solche Materien häuffen sich nach uñ nach also in unserm Leibe zusam̃en/biß sie zu solcher Grösse uñ Härtigkeit gelanget/da hernach sehr schwer ist solche zu dissolviren; Da hergegen gleich anfangs/ wenn man etwas hiervon bemercket/ und solche Materie noch nicht in so grosser Qvantität verhanden/viel leichter durch extra-ordinar Wärme solche zertreiben und also durch hefftiges Schwitzen könte ausgetrieben werden. Wie ich denn Leute gekennet von denen einige sandichte Materie durch den Urin/ja auch schon ziemliche Steine fort gegangen/ welche nachdem solche mit Schwitzen etliche Zeit starck angehalten/oder den untern Leib wol warm bewahret/dergleichen hernach viele Jahre nichts bey sich bemercket. Daß durch eben dieses Mittel des Schwitzens Leute/ die die Wassersucht haben/ besserer und sicherer curiret werden/ als wenn man ihnen/ durch Löcher von den Chirurgis gemacht/ die wäßrige Feuchtigkeit abführet/ und sehr offte hierdurch den Tod beschleuniget

get hat/ist allzuviel bekandt. Nur daß man mit der-
gleichen Leuten anfangs fein gradatim gehen muß.
Sie vor erst in warmen Stuben halten/ und her-
nach in Bette bringen und endlich nach und nach
zum Schwitzen. Sonst ists vor sie nur unleidlich/
wann man bald den letzten gradum ergreiffen wol-
te. Und so bilde ich mir festiglich ein/ daß viel die von
Natur sehr dicke zu werden geneigt sind/anfangs so
sie bemercken daß sie sehr beginnen zu zunehmen/
durch dieses Mittel und vielleicht durch sonst kein
anders solches verhüten könten. Welches denen
nicht schwer zu glauben seyn wird/ die durch expe-
rienz erfahren werden/ was vor einen Qvantität
durch den Schweiß innerhalb einer Stunden her-
aus getrieben wird/ absonderlich so sie genauer Ob-
acht hierauff schlagen/ daß meistentheils die/ so ihr
Leben mit vielem Stillsitzen zu bringen/ und guter
Unterhaltung und Pflege geniessen gemeiniglich
sehr zunehmen/ welches andern/ die viel beschäffti-
get seyn/so leicht nicht wiederfähret: weil die Natur
was überflüßig/stets von sich treiben kan. Also nicht
zu zweiffeln/daß wenn man der Natur durch Schwi-
tzen zu Hülffe träte/ solches noch leichter geschehen
könte. Wie viele habe ich nicht gesehen/die durch
Winde oder Blehungen in ihrem Leibe über die Mas-
sen gemartert worden/ dieweil diese/den Ausgang ü-
berall suchende/die Gänge dadurch sie paßiren müs-
sen/über die Masse ausdehnen; und die sehr leicht
hiervon hätten können befreyet werden/wenn ihnen
nur durch Schwitzen der Ausgang wäre eröffnet

worden/ oder/ daß sie sich auch nur in einem Bette fein warm bedeckt gehalten. Dahergegen andere so diß gethan/ gar leicht von der Colica uñ dergleichen Kranckheiten/so plötzlich entstehen/und fast meistentheils ihren Ursprung hierdurch gewinnen/ erlöset worden. Ich habe Leute gesehen/die mit Fiebern sich sehr lange geschleppet und viel Medicamenta umbsonst verthan/nachdem sie nur bloß diæt gelebet und wohl geschwitzet/ hiedurch gäntzlichen curiret worden. Und hier habe ich mit Erlustigung bemercket/ wie sensibel die Kräffte des Paroxismi stets/nachdem man mit dem Schwitzen nach und nach fortfuhr/und sich in Essen und Trincken/nach der vorigen Regul/ mäßig hielte; bey andern aber die von Medicamentis sich gäntzlich enthielten/ obschon sie etliche febriles paroxismos bereit gehabt: dieweil sie nach meinem Rath die Speisen mäßig genossen/und in dem Tage da sie frey ( nicht aber demselbigen/da der paroxismus sie wieder überfallen solte/ denn da ist die Kranckheit bereit/ allzu mächtig worden) den Schweiß allezeit eine Stunde täglich auszutreiben anhieltẽ/sind eher als ich selbst iemahls die Hoffnung gehabt/hier von befreyet worden: Es schwallen ihnen hernach auch nicht die Füsse oder der Leib auff/wie vielen andern geschiehet; sondern sie haben durch diese Cur sich einen sehr sonderbahr guten Appetit und merckliche gute Kräffte/ nebenst der Gesundheit zuwege gebracht. Endlich die so nur einen eintzigen Paroxismum gehabt/ sind nach dem sie gleich des andern Tages hierauff wohl geschwitzet/

so geschwinde hievon qvitiret worden/ daß nichts hiervon weiter erfolget. Wiewohl/ wo in einer Kranckheit die Speisen mäßig zu geniesen/ so wollen es die Fieber absonderlich/ welches die eintzige Ursache/ warumb ordinar die viertägliche Fieber so gar lange angehalten. Denn dieweil man hier zwey Tage frey hat/ sind wenig/ die eine solche Zeit recht/ wie die vorige zehende Regul erfordert/ sich zu regieren wissen; da ich hergegen versichern kan/ daß bey jemanden stets anwesend gewesen/ der sehr hefftig von einem Qvartan-Fieber befallen wurde/ welches umb 12. Uhr Mittags anfieng/ der sich aber sehr wohl und mäßig im Essen und Trincken in acht nahme/ keine Medicamenta braucht/ auch nicht im geringsten schwitzete/ da denn erfolgete/ daß hernach in zwey Tagen umb 2. Uhr/ ferner umb 4. 6. 8. 10. Uhren gar ordentlich also der febrilische Paroxismus sich einstellete und fortgieng/ hernach hat es Ihn gäntzlich verlassen. Wurde also in gar kurtzer Zeit hiervon/ nach dem er es nur also sechs mahl gehabt/ befreyet: Da andere ordinar sehr lange/ was sie auch fast medicinirten/ sich hiermit schleppen müssen. Ich zweiffele aber nicht/ wenn diese Person/ bey solcher guten Diæt, noch über diß geschwitzet/ und auff solche Manier/ wie bald eröffnen werde/ ihm viel eher von solchem würde abgeholffen worden seyn. Ich halte man wird sich noch erinnern/ was ich oben in der sechsten Regul von dem Schlage oder Schlag-Flüssen/ wie sie ordinar genennet werden/ erwehnet/ und wie verhütet werden könne/ daß wir nicht von

solchen Sachen einigen Zufall zu befürchten. Itzo wil ich gedencken/wie wenn wir ja solchen zu wieder gelebt/was gleichwohl durch itzt offtgedachtes Mittel vor Hülffe zu erwarten. Da ich ersuche wohl drauff zu mercken/ob solches durch einige andere Art/ als die hier itzt vortrage/ wohl zu Wercke zu richten seye. Und zwar habe ich erstlich angemercket / daß Leute von hohen Jahren/ob sie schon etliche Zeit sehr Diæt gelebet/ hernach bald in einer Gasterey im Essen grosse Excesse begangen/ auch hierauff angefangen zuerkennen zu geben/ wie sie sich sehr übel befindeten/absonderlich über Kopff-Schmertzen geklaget/ob schon sage ich/ alles so geschehen/ als meines Bedünckens seyn kan/ und wie in gedachter 6. Regul gesaget/ daß nach solchem andere durch den Schlag hingerafft worden; so hat sich doch nichts dergleichen ereignet/ sind auch in weniger Zeit wieder zu guter Gesundheit gelanget/ weil neml. auf mein Einrahten sie gleich sich in ein warmes Bette geleget/den Kopff wohl umbhüllet/ also sehr starck geschwitzet haben/ denn folgende Tage sehr wenig Nahrung zu sich genommen/ und sonst nicht anders gebraucht: darumb sich niemand zu verwundern hat. Denn obgleich die sehr übrige Menge der Nahrung bey iemanden/ in gleichem zufall/ die subtile Haupt-Adern/ wie vormahl gedacht zu zertrennen und also zu er öffnen suchte; so ist ja so klar/ als der helle Schein der Sonnen/daß/wenn wir ein Mittel hätten/solche Adern alsdenn auff eine der Natur gemässe Arth/ auszudehnen/ das ist/ohne Verletzung

viel

viel weiter zu machen/ daß hier also kein Schaden könte erfolgen. Nun zweiffele ich billig/ob derglei-chen Mittel irgends wo anzutreffen/als wenn durch grosses Schwitzen man seine Natur in solcher Zeit wohl angreiffet. Deñ wir sehen ja im Sommer selbst mit Augen/wie in grosser Wärme unsere Adern so sehr anlauffen/daß sie mercklich grösser als im Winter sind: Daß ich geschweige daß hier also in dieser Cur noch über diß von Schwitzen alles übrige sehr häuffig ausgetrieben/auch/weil man etwas weiter zu sich zunehmen sich enthält/ die übrige Nahrung nicht mehr vermehret wird. Ferner habe noch vielmehr befunden/ daß nemlich/ wenn soliche gedachte Zersprengung bereit erfolget/alle Sprache weg/ gewöhnliche Lähmungen sich erweisen/ dennoch durch obgedachte Cur. ohne sonst etwas anders zugebrauchen/ dergleichen Krancke so vollkommen wider sind restituiret wordẽ/daß auch die sonst alsdañ gewönliche Bewegung oder Zittern des Haupts oder Armen/man nicht verspüret/welches keinen unglaublich vorkommen wird / denen bekandt / wie viel Leute sind/denen die Hände oder der Kopf zittert; Welches klar anzeiget / daß bereit solche Zertrennung der Adern bey ihnen vorgangen; Und daß dennoch deren viele zu ihrer Gesundheit durch nichts anders gelanget/ auch nicht durch einßiges Schwitzen/als daß man sie wohl warm gehalten/ und ihr Zustand nicht zugelassen/ daß sie viel zu sich nehmen/ noch ihre Armuth/ daß sie Medicos gebrauchen können. Daß also zweiffels ohne/sol-

ches

ches noch viel ehe uñ besser zuerhaltẽ durch gutes/ Schwitzen uñ auf solche Arth eingerichtet/ wie in folgenden gedencken werde. Denn kan die blosse Wärme/wie bey ietztgedachten Patienten/ solch zusammen gelauffenes Geblüth mit der Zeit so zertreiben/ daß es unserer Gesundheit nicht übrig schadet/ was solte man nicht durch gutes Schwitzen zu thun vermögen/ da auch hiedurch unsere Natur solche Sachen kan von sich treiben/ die hernach zu Steinen werden/ wie oben gedacht. Aber ich wil denen/ die der Schwitz-Cur sich viel bedienen/was sonderbahres hier entdecken: Wie daß nemlich bemercket / daß Leute / so zu demselbigen sich sehr gewehnet / nicht leicht sich dieses Zufalls zubesorgen/indem Leute weiß/da ungeachtet/ daß ihre Vorfahren und Verwandte fast alle (daraus man siehet/daß sie von Natur hierzu mehr als andere geneiget) durch diesen Zufall gestorben/sie es dennoch nicht betroffen: Ob sie schon von starcken Essen in ihrem hohen Alter gewesen/ dieweil sie nemlich ihre Natur zu dieser Cur gewöhnet: Scheinet auch dem gesunden Verstande nicht unähnlich zu seyn/ daß dieselbige / so ihre Adern wohl auszudehnen sich gewöhnet / wie durch schwitzen geschiehet / nicht leicht dergleichen zu befahren. Was vor eine erschreckliche Seuche die Pest sey / ist zur Gnüge bekant / daß auch wenige Medici selbst / sich in dergleichen Zeiten zu erhalten wissen; Was nun

hier

hier durch Schwitzē vor unglaublicher Nutzen kan gethan werden/ haben mich viele in dergleichen Zeit anwesende Zeugen genug bekräfftiget. Ja ich habe von einem glaubwürdigen Manne/ der bereit eine grosse pestilentzische Beule gehabt/ daß er/ ohn einige Medicamenta nur durch extra-ordinares Schwitzen/ sich von so grossem Ubel erlöset / welches also geschehen: indem er über 6. Stunden sich umb und umb in ein Bette verwickelt gehabt/ so hat die grosse Feuchtigkeit des Schweises die Beule sehr weich gemacht und weil die Natur solche Materie / in selbiger enthalten/ wohl etwas von sich gestossen ( denn dadurch ist selbige entstanden ) nunmehro aber / als ihr durch grosses Schwitzen geholffen worden/ und die äusserliche Haut weich gemachet/ ist sie leicht also eröffnet/ und diese böse Materie ausgetrieben worden. Und aus diesen erzehlten Ursachen scheinet / daß vielleicht vor die luem veneream auch kein besser Mittel / als dieses zu hoffen sey. Doch wieder auff voriges zu kommen/ damit man meinen Worten nicht allein zu trauen habe / so besehe man das Journal des Scavans von dem Jahre 1680. Holländischen Drucks die 178ste Seite/ da diese Worte von einem der sich in der Pest befunden/ referirt werden: D' autant plus, que l' experience luy avoit fait voir, que de tous les malades, avoient Sué beaucoup; il n' en étoit mort aucun. & qu' au contraire ceuxci, en qui la Sueur n' avoit été

exig

exitè, ny naturellement ny artificiellement, aveient tous perdu la vie : Welches teutsch so viel: umb noch so vielmehr/daß die Erfahrung ihm hätte zu erkennen gegeben / daß von allen Krancken/die sehr geschwitzet hätten/ nicht eintziger gestorben wäre/und daß hingegen die bey denen weder durch die Natur noch Kunst der Schweiß herfür gebracht worden/ alle das Leben verlohren hätten. Und wo also noch aus keiner Sache/ so glaube ich/daß der Leser absonderlich hieraus sehr klar sehen wird/was vor unglaubige Sachen man durch das Schwitzen zu wege bringen kan/und ob ein dergleichen universaler und besser Mittel fast zu hoffen ? Endlich scheinet auch/ daß durch eben diesen Weg der Aussatz vollkommen könne curiret werden. Denn es hat das Ansehen / als wenn dieses nichts anders wäre/ als eine Austreibung aller übrigen Sachen / durch eigene Kräffte der Natur/ so in dem Leibe enthalten gewesen; daß also dahero nichts anders von nöthen wäre als die Natur/ die bereit selbst angefangen / durch dieses Mittel fucundiren. Ich muß aber ehe zu andern Sachen schreite noch ein Exempel beyfügen/so von grosser Wichtigkeit/ welches mit allen Circumstantien dieser wegen annotiren wollen : Es war ein Kind so noch nicht ein viertel Jahr alt/solches hatte die Massern sehr starck/wie es hiervon liberiret/ so war der Appetit so groß/ was man auch zu essen wehrete/ daß es innerhalb 14 Tagen mercklich zu nahm/ unterdessen bekahmen

men die andern Kinder die Blattern / man vermeinte aber weiln diß Kind erst die Masern gehabt / und so munter und lustig war / es würde nichts zu befahren seyn : Es geschach aber daß es einen Morgen kurtz nach dem Frühe-Essen das Malum Epilepticum plötzlich überfiel. Hierauff so legte man es gleich in Kleidern / ohne eintzige Zeit Verlierung in ein sehr warm Bette / in die Wiege / und ließ von Unten her bey dem Bette eine kleine Eröffnung umb solches rein zu halten / nachdem es etwan eine halbe Stunde in der Wärme gelegẽ / so bekahm es wieder diesen Zufall. Hernach in einer guten Stunde / dann in zwey Stunden ; ferner in drey guten Stunden erst wieder / und endlich wiederumb in fünff Stunden / die Paroxismi waren alle Zeit hefftiger und so starck / als man es bey den Leuten von guten Alter nicht bald siehet / man thate nichts hierbey / als weil das Kind offt zu trincken verlangte / so hub man die Wiege auff (umb nicht das Kind aus der grosen Wärme zu bringen) und gab ihm allezeit warm Bier zu trincken welches in solcher Qvantität zu sich genommen wurde / daß es vor ein Kind nicht gläublich : Hieauff blieb dieses Malum gäntzlich aus und nach sechs Stunden kamen Merck-mahle der Blattern hervor / hierauff resolvirte man das Kind in gleicher Wärme liegen zu lassen / welches biß in den dritten Tag von der Kranckheit zu rechnen geschach / da denn die Blattern in grosser Menge heraus waren / als-

denn

denn changirte man sehr moderat in einer sehr warmen Stube die Bette/die Kleider waren durch den grossen Schweiß so zugericht/daß man sie vom Leibe reissen kunte / und wurde das Kind also in blosse Bette ohne Kleider wieder warm eingeleget / und hierdurch vollkommen curiret, ist auch hernach weder des Mali Epileptici spuhr noch andere Kranckheiten bey ihm in vielen Jahren vermercket worden / doch übrig gung vor dieselbigen / so die Augen recht auffzuthun verlangen. Diese Methode nun zu curiren/ wie wir bißhero angewiesen / wird noch weit universaliter aus dem / daß man solche nicht allein dem gantzen Leib/ wie bißhero gewiesen/ sondern auch gewissen Theilen desselbigen und mit gleicher Leichtigkeit kan appliciren. Ich habe eine herrliche Cur selbst mit angesehen bey einem/ dem das eine Bein so vor dem andern geschwunden war/daß es umb ein mercklichs kleiner als das andere. Weil aber das von nichts anders herzukommen schiene / als von einer Materie/ so in dem Beine sich gesammlet/ und die Nahrung desselbigen verhinderte/ umb also solche heraus zu bringen/ so ordnete der Medicus gar weißlich/ daß dasselbige Bein mit warmen Fette geschmieret / wohl also züge gemacht/und dann mit vieler Leinwand umbwunden wurde: Und als dieses also bey 6. oder 8. Tagen ohne Eröffnung in guter Wärme gelassen wurde/da habe ich mich hernach gewundert/was

vor

vor eine grosse Menge der Materie heraus getrieben war. Ich bekenne hier/ daß das Bein noch mehr abgenommen hatte/ aber die Haut war gar weich und wie neu/ auch an allen Orten / da sie sonst meist gar hart/ und also ist der Patient hernach in kurtzer Zeit gäntzlich restituiret worden. Da ich gewißlichen nicht sehe / wie dieses durch einzige den Medicis sonst gewöhnliche Manier wäre zuerhalten gewesen. So habe auch hergegen gesehen/ daß einem andern / dem das eine Bein aus dermassen geschwollen/ auf dergleichen Art vollkommen wieder zu rechte bracht worden. Wenn manchen gewisse Glieder so zerschlagen worden/ daß das Blut in grossen Beulen auffgelauffen/ ist solches durch Aufflegung und Umbwickelung warmer Tücher gar in kurtzen wieder zertrieben worden. Ja endlich auch bey dem Husten oder der Heißrigkeit / wenn nur alles fein warm (nichts kaltes) zu uns genommen / kalte Lufft gemeidet oder der Mund wenig geöffnet wird / und der Halß/ mit einem Tüchichen etliche mahl wohl ümbhüllet / Tag und Nacht warm gehalten wird/ wir denselben leicht hierdurch benehmen. Daß grosse Kopff-Schmertzen/ wenn man sich in ein Bett geleget und das Haupt in ein Haupt-Küssen wol eingehüllet/ in sehr kurtzer Zeit vergangen/ wird leicht geglaubet werden/ wenn erwogen wird/ was itzo oben /wie dem Schlage vorzukommen/ weitläufftig dar gethan. Ich habe Leute gekennet die alle Jahr um die Frühlings Zeit an Händen und Füssen sehr

ausgeschlagen: welche nach dem sie/wenn sie schlaffen gegangen/nur um dieselbige Zeit/ mit Handschuhen und Strümpffen sich wohl versehen gäntzlich hiervon sind befreyet worden. Wañ Leute über Magendrücken und Schmertzen klagen/so vielmahl daß sie was unverdauliches gessen als andern Ursache entstehet/so pflegen Leute warmen Habergrütz: gewärmte Steine oder dergleichen auffzulegen/welches zwar merckliche Hülffe thut. Dieweilen aber/ weñ solche Aufflag der Sachē kalt/wieder andere müssen appliciret werden/ und diß viel Alteration bald macht/so ist viel besser was oben bey dem andern Theil dieser Regul bekand gemacht/ daß man nemlich in Kleidern/ so den Leib wohl schliessen/ und also mit einen Schlaff-Rock umhüllet auff der Lincken Seiten alsdenn liege/so wird dergleichen Ubel bald abgeholffen. Und also glaube ich gantz versichert/ so wol durch Rationes als Experientien hierzu bewogen; daß wenn man in dergleichen Experientien auff diese Art bey Krancken wolte anstellen/sehr viel heilsame Sachen hierdurch könten entdecket werden/ und würde vielleicht allein hierdurch den meisten Kranckheiten der Kinder (da ihnen ohne diß viel Medicamenta einzugeben nicht dienlichen scheinet) wol vorgekommen/ als auch vielleicht Kranckheiten von grosser Wichtigkeit/ so die Medici durch keine Medicamenta oder Außleerungē zu curiren vermögen/ und solche deßwegen vor incurable Kranckheiten ausruffen/ gäntzlich vorgebeuget werden: absonderlich wenn man in dergleichen nach der achten

Regul

Regul sein geschwinde in Zeiten dazu thäte. Und in deme man alles überflüßige also immer nach und nach austreibet/ wird vielleicht auch hierdurch nur erhalten werden/ daß wir bey zunehmenden Alter von beweglichern Gliedmassen und hurtiger seyn werden/ anders als voritzo geschiehet. Indem mich bedüncket/ daß von grosser Wichtigkeit und also wol zu erwegen/ daß unser gäntzlichen Natur Beständigkeit/ in sich selbst consideriret/ bloß in dem bestehet/ daß alles alte immerfort weggetrieben/ und immer neues durch die Nahrung wieder angesetzet wird/ in dem der gantze Leib/ Fleisch so wol als Gebeine/ aus lautern fibris bestehet/das ist/aus kleinen länglichen Theilen/ da immer an dem einem Ende was angesetzet wird/ an dem andern aber wieder/ was weggehet/oder so es nicht geschehen kan/dichter und härter wird/ welches auch selbst mit Augen zuersehen/ indem/ wenn wir etwan die Haut verletzet/ in kurtzen alle alte Haut mähligen von sich selber nach und nach abgetrieben wird/ und gantz neue hernach kömmet: Ja auch in den harten Nägeln siehet man vielmal weisse Puncte/ die nach und nach immer fort gehen/ biß sie mit den obersten Theil der Nägel weg geschnitten werden; daß also nicht allein gantz neue Nägel hiedurch formiret werden/ sondern auch fast zu glauben (daß weil alles wie gedacht aus dergleichen Fibris bestehet) das in etlicher Zeit gleichsam wie ein gantz neuer Leib hiedurch wird/ und also alles alte nach und nach gantz hinweg gehet. Dieses alles aber thut unsere Natur von sich selber ohne ei-

nige andere Hülffe als die Wärme/ und bringet viele hierdurch zu einem grossen Alter. Deßwegen nicht zu zweifeln/ daß wir zu ziemlich hohen Alter gelangen würden/wenn bey Zeiten die Natur immer nach und nach hierin überdiß wol secundiret würde/das ist / wenn sie es selbst nicht zu thun vermöchte / die Wärme vermehret würde. Welches alles denn/ was bißhero gedacht/ wenn es genau bey mir überlege / in keine andere Gedancken gerathen kan / als daß vor gewiß glaube/ daß so ja jemahls eine Medicin wird können entdecket werden / die uns ein länger Leben/ als wir ordinar beschreitten/ verspricht/ und die auch den Verstand / die Imagination und Gedächtniß beständiger zuerhalten wird verhelffen können / solches nur dannenhero wird müssen angewiesen und hergenommen werden. Denn/ indem einmal bey acht Tagen den Schweiß täglich so hefftig austrieb / wie in der sechsten Regul gemeldet/ schien ich mir nicht allein ein neuer Mensch zuseyn / was die sonderbare Vermehrung und Hurtigkeit der Kräffte des Leibes betraff / sondern es wurden mir auch von ieder Sache Gedancken in grosser Menge sehr leicht mitgetheilet; Darum man sich nicht zu wundern / dieweil alsdann so viele Sachen abwesend die unsern Würckungen mehr hinderlich als förderlich/ und das aus allen Gliedmaassen des gantzen Leibes/ auch eben das in solcher grossen Quantität. Numehro aber glaube ich/ daß wo ich ja andere noch nicht genug beredet / von was vor grossen Nutzen diese Sachen warhafftig sind/so wer-

de ich doch dieses zum wenigsten erhalten haben/ daß ihnen dergleichen auch nicht so gar unwarscheinlich/ oder gar ungereimt und absurde vorkommen wird / und es also wol zuerwegen nützlicher zu seyn scheinet/ als es ersten ansehen nach sich ansehen liesse. Weswegen auch Anzuweisen fortschreite/ wie dieser dritte Theil vorhabender Regul in die Praxin zu bringen. Und hier werden vielleicht Anfangs etliche fragen : Was denn absonderlich/ vor andern / vor Mittel zu gebrauchen / die den Schweiß wol austreiben? Und hier gestehe ich/daß ich Anfangs selbst in dieser Sache so vor eingenommen gewesen / daß ich glaubte / man könte den Schweiß nicht wohl und füglich hervor bringen/ es wäre denn / daß man hierzu was zuvor einnehme: Und deswegen ( dieweil / was von gebräuchlichen Sudoriferis halte/aus der 10. Regul nicht unschwer wird abzunehmen seyn) so gebrauchte Anfangs gute warme Suppen oder Fleischbrühen/doch habe ich hernach befunden / (auch bey vielen andern die vorgeben/daß man sie gar nicht zum Schwitzen bringen könne) wenn man sich nur wohl in ein Bette einwickelt / auch etliche drüber decket / und alles so wohl allenthalben hiermit umbgiebet daß nichts/ als das blosse Angesicht hervor blicket/alsdenn unverändert auf den Rücken so liegen bleibet/gemeiniglich innerhalb einer Stunde der Schweiß überall zu lauffen angefangen / und so bald ich diß gefühlet / habe ich hernach noch eine Stunde im Schweiß so zu liegen fort gefahren. Und diß sind meine Gedancken / daß

die Krancken täglich dergleichen thun sollen / absonderlich in der Zeit / da der Affectus nicht so schwer / auch mit diesem so lange fortfahren / als die Kranckheit und Kräffte des Krancken es leiden wollen. So aber vielleicht etliche sind / deren Schweißlöcher so verstopffet / daß / so sie den ersten Tag eine Stunde gelegen / der Schweiß dennoch nicht kommen wil / so kan man alsdenn wol aufhören / und dessen ungeachtet eben so alle Tage fortfahren: Denn gar nicht zu zweiffeln / daß durch solche grosse Wärme die Schweißlöcher innerhalb etlichen Tagen werden eröffnet werden / oder so es beliebet / kan man auch warme Fleischbrühen oder Suppen Anfangs zu sich nehmen; Aber hier ist absonderlich wohl zu mercken / daß alles solches in einem warmen Orthe geschehen müsse / oder der sehr wohl von aller äusern Lufft verwahret sey. Und ob gleich diß also / man iedennoch / wenn man nach zwey Stunden zu schwitzen aufhöret / sich sehr langsam heraus machen müsse und fast eine halbe Stunde anwenden / ehe man nach und nach sich von allen Betten befreye / nach der vierdten Regul. Denn die Wärme / in der Stube in ansehen der Wärme / so alsdenn in unserm Leibe / fast wie eine Kälte ist / auf welches die Leute nicht acht schlagen / und durch solch geschwind herfürmachen aus dem Schweisse / hernach eine Schwachheit aller Kräffte bemercken; Da hergegen / dieses genau verrichtend / ich gantz ein contrares befunden. Doch ist höchst zubedauren / daß insgemein fast alle Menschen sich dergleichen nicht ger-

ne/ja mit grossem Widerwillen und Verdruß unterfangen. So haben wir Medici selbst bekand/ daß/ ob sie gleich befunden / daß die sudorifera weit fürtrefflicher als andere Medicamenta, (wie ich solches auch durch berühmter Medicorum Scripta genung bewehren könte) so wären sie doch gezwungen worden/solcher sehr sparsam zu gebrauchen/weil sie gesehen/ daß Krancke andere Medicos abgedancket nur deßwegen/weil sie solche sehr zum Schweisse angetrieben. Der Irrthum aber entstehet meistens daher: daß gemeiniglich wenige dessen gewohnet sind/und dahero/ weil sie diß im Anfange etwas verdrießlich befinden / so glauben sie / daß es allezeit so seyn werde/ welches doch mehr als falsch ist. Denn die Schweißlöcher werden mehr und mehr eröffnet/ daß solches hernach mit keiner incommodität verrichtet wird. Und so habe ich manchmahl/ wenn gesund gewesen/solches über drey Stunden continuiret/ daß ich stets in klarem Schtweisse gelegen/ welches nur versuchte/wie lange es meine Natur zuvertragen vermöchte / und habe keine Verdrießligkeit hierbey / mich auch innerlich so wol als jemahls befunden; was aber vor eine sensible Zunehmung meiner Gesundheit verspüret / wolte ich dahero daß andere erfahren hätten: denn würden sie zweiffels ohne nicht mit solchem Widerwillen dergleichen auf sich nehmen / und allen andern Außleerungen / die auch mit incommodität (so werden viele durch purgiren aus dermassen gequälet) geschehen / weit vorziehen; absonderlich dieweil in diesem Methodo

zu curiren / es nicht nöthig Sudorifera einzunehmen oder einzig ander Medicament, welche vielmahl mit grossem Verdruß und Eckel von andern müssen gebraucht werden: der Nutzen aber so empfindlich hier und so geschwinde aus der Stärcke und Leichtigkeit aller Gliedmassen / auch den guten Appetit erkennet wird/ daß sehr zweiffele/ ob durch einziges Medicament eine so geschwinde Hülffe könne erhalten werden. Ferner hält unser Gemüth auch bey den Medicamenten nicht in geringern Kummern/ob sie auch wohl von den Apotheckern bereitet/ ob der Medicus die Dosin in Respect unser Natur wohl angeordnet/ob wir deren auch zu übermässig gebrauchen. Denn dieses alles kan gar leicht geschehen und mit grosser Gefahr unsers Lebens; davon allen diesem / was bißhero gemeldet / keine Angst unser Gemüth verunruhigen kan. Und ob wir auch im Schweisse heraus zu treiben allzuviel thäten/ kan dieses nichts anders thun (wie vielmahls mit Fleiß untersuchet) als daß der Appetit und absonderlich der Durst sehr gemehret wird. Und also kan man durch gute alimenta diesem Ubel (wann es ein Ubel zu nennen) leicht vorkommen. Ja endlich, ob gleich andere Medicamenta gut wären/ so gewehnet sich doch unsere Natur bald dermassen daran/ daß dieselbigen/ welche solcher viel gebrauchen / mir vorkommen / wie die/ so sich an Brillen halten. Denn nachdem sie an solche einmahl die Augen gewöhnet / müssen sie dieselbigen stets hernach gebrauchen / und können ohne

derer

derer Hülffe nicht wohl lesen / welches / was das Schwitzen betrifft / ich nicht vermercket / denn es vielmahl bey 3. oder 4. Jahren unterlassen / und dahero keinen Zufall verspüret ; da hergegen wer Blutreich und etliche mahl zur Ader lässet / wenn er solches hernach jährlichen nicht thut / leicht in eine grosse Kranckheit verfällt / wie viel Exempel weiß. Ich habe mich vielmahl mit sehr verständigen Medicis, ihrer Medicamentorum wegen / die sie gebrauchen / beredet / die mir auffrichtig bekant / daß solche sehr ungewiß wären / doch setzten sie hinzu / so wären sie doch gewiß / daß / wo sie nicht hülffen / so schadeten sie auch keines weges : das aber glaube / kan ich von denen Mittel / so itzo vorgetragen mit weit grösser Gewißheit versichern / daß sie die allersichersten sind die wir haben / und wo sie keine Hülffe thun / sie gewißlich auch keines weges schaden. Aber ich könte noch hinzusetzen / daß man solche aller Orthen gar leicht erhalten könne / daß sie nicht so grosses Geld kosten / noch auch vielleicht einzig andere seyn / von welchen mit so grosser Wahrscheinligkeit angewiesen werden könte / daß sie die allerbesten wären / die uns bißhero bekant worden / und daß dannenhero / so hiedurch eines Krancken Gesundheit nicht zu erhalten wäre / man sich gantz gewiß und feste einbilden dürffte / daß solches menschlicher Weise / und auff einige bißhero uns bekandte andere Arth / auch nicht leicht zu erhalten würde gewesen seyn.

## Die zwölffte Regul.

Ob gleich nunmehro die Kräffte wieder zu zunehmen beginnen / und wir also in der That verspüren/daß wir von der Kranckheit befreyet worden; so ist dennoch nöthig 2. oder 3. Tage annoch zu Hause zuverharren / noch in öffentliche Zusammenkünffte zu kommen / biß wir also gänzlich unser vorigen Gesundheit versichert / und alsdenn müssen unsere gewöhnliche Geschäffte nicht bald allzuhefftig oder zu sehr wieder vorgenommen werden: so ferne aber im Gegentheil die Kranckheit mehr zunimmet / und die Sache so weit kömt daß bey dem Krancken aller Athem aussenbleibet / so ist er doch nicht allezeit vor tod zu achten / absonderlich wenn er excessivè grosse Schmertzen auszustehen gehabt / oder nicht gar lange kranck gewesen ꝛc. oder auch daß man verspüret / daß die Glieder nicht verstarren wollen/wie sonst gewöhnlich/ und alsdenn könte man / solchen etliche Zeit noch in guter Wärme haltend/zu sehen/ ob besserer Erfolge zu hoffen.

## Beweißthum.

Die Ursach dessen/ was im ersten Theil dieser Regul gedacht/ ist durch die vierdte offenbahr/ aber auch übrig bekant/ wie die Kranckheit/ so wegen solcher allzugeschwinden Veränderung umbschlagen/ sehr

sehr schädlich; daß manche hernach/ die fast völlig gesund/ sich hierdurch allein das Leben verkürtzet und wenn man also 2. oder 3. Tage nichts thut/ so wird die Zeit nicht verlohren/ sondern vielmehr hierdurch gewonnen: Was den andern Theil betrifft/ daß nicht dessentwegen die Krancken vor tod zu schätzen/ wenn gleich der Athem aussen bleibet/ lehren gnung die bekandten Exempel der Erfrornen/ Erhänckten/Ertrunckenen rc. Aus welchem scheinet/ wie eine unglaubliche Zeit dergleichen unterbleiben kan: denn wenn man solchen hernach auff gebührende Weise Hülffe gethan/sind sie gäntzlich wieder zu sich selbst kommen: Aber auch von andern/ die bereits begraben gewesen/ haben bey Eröffnung dero Gräber/sich sehr klare Kennzeichen sehen lassen/daß sie wieder hernach zu sich selbst kommen. Deßwegen thun dieselbigen gar übel/ so die Leute/ so bald der Athem nach bleibet/gleich aus dem warmen Bette heraus ziehen/ umb alle Gliedmassen wol gleich und ordentlich zu legen ( dieweil es hernach wegen erstarreter Glieder nicht so wohl zu thun) und sie also gleich an die Kälte bringen. Denn es scheinet der Warheit nicht unähnlich/daß so wohl letzt gedachter Exempel wegen/ als auch der Ursachen die in dieser Regul erwehnet/ daß vielleicht etliche möchten wieder zu sich kommen/ wann sie in einem warmen Orte/zwey oder drey Tage auffs längste/gehalten würden. Und absonderlich ist es noch wahrscheinlicher von Gebärenden. Denn bey diesen/da sie hernach eröffnet/hat sich offtermahls kein Zeichen einiger übeln

Constitution erwiesen/ und wahren als wol nichts anders/ als wie auch manchmahl gesunde/ wegen allzu-groß-ausgestandener Schmertzen/ nur in einer harten Ohnmacht begriffen. Und dieweil man in allen dergleichen nicht sicher genug verfahren kan/ obschon daß es vielmal umbsonst würde vorgenommen werden; so hätte man doch genung hiermit erlanget/ wenn auch etliche wenige nur hierdurch erhalten würden / da es übrig auch eine Sache / die nicht schwer ins Werck zu richten ist / einen dergleichen Patienten 2 oder 3. Tage so warm zu halten.





# Anhang.

HIermit werde ich alles zu Ende gebracht haben/ was anlanget/ wie die menschliche Gesundheit/ wieder die ordinarien Zufälle/ auff gar eine sichere Art könne erhalten werden. Was numehro die extraordinarien Zufälle betrifft/ die von andern Sachen als von der Nahrung/ die wir zu uns nehmen/ herrühren / könte ich hier auch etliche singulare Sachen vorbringen. Dieweil aber bißhero die wenige Zeit mir nicht zugelassen/ hierinnen solche Experientien anzustellen/ wie ich weiß daß höchstnöthig/ wo wir was gewisses hieraus schliessen wollen; so wil ich nur generaliter anzeigen/ wie ich vermeine/ daß mit glücklichem Successi hierinnen zuverfahren/ und solches durch etliche wenige Exempel confirmiren.

Das Erste ist/ daß wir die Anatomie sehr wol zuerlernen/ und was noch hierinnen zu erfinden/ genau auszuforschen uns befleissigen sollen.

Was hierinnen der Recentiorum herrlicher Fleiß allen vorhergehenden Seculis bevor gethan/ ist bekandt; aber auch gewiß/ daß noch sehr viel verborgen. Was aber solches in dergleichen Zufällen/ wovon ich itzo rede/ absonderlich diene/ ist aus dem

offenbahr: wenn ein Mensch sich kranck befindet und gleich klaget/ wo es ihm wehe thut/ so wird doch auch dem verständigstẽ Medico offt fehlen zutreffen/ woran es liege/ dieweil der Krancke nur äusserlich den Ort anzeigen kan/ da inwendig viele viscera sich befinden und der Zufall auff viele Art geschehen kan; wie denn auch die Erfahrung sehr offt erwiesen/ daß nach Eröffnung man gantz was anders zusehen gehabt/ als alle fast geurtheilet. In den Zufällen aber die äusserlich uns zukommen/ dieweil uns also nothwendig der Orth mehr bekandt den es betroffen/ auch die Weise wodurch er lædiret worden/ kan man also/ wo man der Anatomie kündig und dem gesunden Verstande folget/ aus diesen zweyen bekandten Sachen/ vielleichter als dort (da alles beydes fast gar nicht bekandt) wie zu helffen/ einen guten Rath aussinnen.

**Das andere ist: daß wir uns der Natur des membri so beleidiget und der Manier/ dadurch es geschehen/ sehen sollen/ ob solches vor erst nicht möglich ohn eintziges Medicament zu heilen.**

Dieses wil ich durch Exempel erklären: so sich jemand gestochen/ geschnitten/ gehauen/ geschlagen &c. dem wird nicht schwer vielmahl zu helffen seyn/ wenn man so verfähret: Erstlich müssen die externa so den Schaden gethan/ wo sie noch verhanden/ durch Hülffe der Hände oder hierzu beqvämlicher instrumenta, removiret werden. Vors andere alles in die situation oder Stellung/ so viel und so

bald

bald es möglich/ wie es zuvor gewesen/ gebracht. Das siehet man was es diene/ indem auch manchen die halb abgehauene Nasen durch wieder Andrücken / wenn es bald geschehen / erhalten worden. Dahero/wenn man sich sehr geschnitten/ ist solches nich nöthig zu eröffnen/ umb zu sehen/ ob die Wunde groß/ oder das Blut viel aus zudrücken/ sondern gleich den Augenblick/ wie es zuvor gewest/ wieder wohl zusammen zudrücken. Aber nichts schädlichers ists alsdann/ noch vielmehr überdiß neue Trennungen zu machen / wie vielmal die Chirurgi oder Wund-Aertzte ohn alle Noth thun/ absonderlich durch Wücken Eindrehung den Schaden offt nur verlängern. Drittens muß das Glied/ daran der Schaden/ nicht viel beweget/ noch offte angerühret werden: Denn durch solche Bewegung wird bald wider eine neue Oeffnung der Wunden/ und solte man nicht dencke/wie lange man einen geringen Schaden (wenn man sich nur/zum Exempel/ die Haut etwas abschindet/ wenn man ihn offte anrühret oder drücket/aufhalten/ kan so / daß aus gar geringen sehr grosse Schäden werden können. Vierdtens muß der Orth wohl verwahret werden/daß das Geblüte gestillet wird/ noch weder Lufft noch äusere Unreinigkeit darzu können/ und ohne wieder Eröffnung also/ biß er geheilet/ verbleiben. Was solche offte Eröffnung/wie insgemein geschiehet/vor Schaden verursache/ sonderlich Abends und Morgends mit Aufflegung neuer Pflaster/wird der erkennen/der alles vorige wol in acht nimmt/und denn/ in dergleichen Fäl-

ken/ alles/ wie es im Anfang wohl verwahret/ biß zu dem Ende/da es von sich selber wieder abfällt/ so liegen lässet/ das wissen an manchen Orten die Bauern selbst gar wohl/ deßwegen/ was sie vor Schaden an Händen oder Beinen haben/ lassen sie wohl zerlassen Pech also warm darauff giessen ) welches ihre harte Haut wohl auszustehen vermag ) und dieses wenn es hart worden/so lange liegen/ biß es die neu ankommende Haut von sich selbst antreibt/und werden also ohn einig andere Mittel/ curiret. Dahergegen/ wenn man bey vielen Schaden die äusere Lufft und Unreinigkeit beykommen lässet/öffters der Krebs oder sehr lang anhaltende Schäden daraus werden. Fünfftens muß es wohl warm gehalten werden/ denn solches zertreibet das geronnene Geblüt gar leicht/ und fördert die Heylung gewaltig sehr. Was diese ietzt erzehlte Manier zu sehr considerablen Schaden vor schleunige Hülffe ohne applicirung eintziger Salben oder Ungventi thue/ wird der mit Verwunderung sehen so der gleichen probiren wil. Aber wenn wieder diß/ was itzo gesagt/ sehr gehandelt wird/ habe ich auch erfahren/ daß ein sehr kleiner Schaden ungläubige Zeit auffgehalten worden mit grossen Schmertzen des Patienten/ daß er zu einem so grossem Schaden worden/ daß man Finger/Arme und Beine dessentwegen abtrennen müssen. Ja ich weiß daß Leute sich bloß durch Abschneidung Wartzen oder Nägel an den Zähen sich den Tod hernach/ durch solche üble Curirung zu wege gebracht ; Welches denen/ die nicht

viel

viel in dergleichen erfahren/ unglaublich scheinen wird.

Ferner wil ich noch zu jetztgedachter Regul bessere Erklärung ein ander Exempel anführen/ wie nemlich den Wehtagen oder Schmertzen der Augen bey Leuten die solche sehr gebrauchen/ gar leicht geholffen werden könne. Ist derohalben zu mercken/ dieweil die Augen zu ihrer leichten Bewegung eine gewisse Feuchtigkeit haben/ so dringet selbige/ wenn solche durch Studiren oder sonst offt gebraucht werden/ zu gewissen Zeiten in solcher Menge herzu/ daß solche gantz roth gebissen werden und man grosse Schmertzen daran leidet.

Ferner scheinet solche Feuchtigkeit mit den Thränen einerley zu seyn/ die der berühmte Anatomicus Steno anweiset/ daß sie aus den Obergliedern der Augen/ durch gewisse Gänge sich herunter lassen: Denn vorerst hat sie einerley saltzigen Geschmack mit den Thränen/ beisset die Augen eben so roth/ und schwellet die obern Augenleder auff/ wie bey Leuten die viel geweinet haben. Aus diesem nun habe gar leicht gesehen/ warumb uns/ wenn wir die Augen und absonderlich die öbern Augenlieder mit frischen Wasser wohl netzen/ oder darinnen etwas Sachari Saturni, oder vitrioli cyprici zerlassen/ solches ziemliche Linderung machet. Denn alle erkältende Sachen/ oder die die poros constringiren/ die verursachen/ daß die pori der Gänge/ dadurch solche Feuchtigkeit herzudringet/ kleiner werden/ und also solche nicht mehr so starck herzufliesset/ und in-

dem

dem sie offte abgewaschen wird/ kan sie die Augen nicht so mehr angreiffen/daß sie dahero von der Röthe nachlassen; Wiewohl/ nachdem ich diß besser erwogen habe/ich erkennet/ daß man/ohne alle dergleichen äuserliche Mittel/ solchem viel besser abhelffen kan/ daß ob schon die Augen gar sehr gebrauchet werden/dergleichen Zufälle dennoch nicht leicht zuerwarten/ welches hierinnen bestehet; Dieweil bey Leuten/so die Augen sehr gebrauchen/solch Feuchtigkeit in mehrer Qvantität zu zuflieffen sich gewehnet/ als bey andern/so ist nur nöthig/daß so bald wir mercken daß die Augen uns nur ein klein wenig anfangen weh zu thun (nicht biß sie gantz roth werden) man dem Studiren/ Bücherlesen/ schreiben oder was man sonst in vieler Ubung/ besser oblige als man vorhero gethan; So wird solche übrige Feuchtigkeit der Augen/ durch deren Gebrauch bald verzehret oder consumiret/keinen Schaden also thun können und der Schmertz gleich nachgelassen: Welches so durch die Experienz confirmiret/ daß/ da ich sonsten dahero viele Ungelegenheit gehabt/ nunmehro bey vielen Jahren/ ob schon ich die Augen vielmehr als vormahlen gebraucht, da ich nur das einzige in acht nahme/gantz nicht hierdurch incommodiret wurde. Wundere mich auch nunmehro nicht/warum/ wenn ich sehr viel die Augen gebrauche/mir kein sonderbahrer Zufall hierinnen entstehet/ so bald aber etliche Zeit fast nichts sonderbares verrichte/ mir gleich anfangen solche böse zu werden. Aus welchem auch erscheinet wie schädlich es sey/ wenn

wenn Leute/so die Augen viel gebrauchen/so bald als sie mercken/ daß dieselbigen sehr böse werden/ sich von allen Studiren/ oder was sie sonst viel zuthun gewohnet/ enthalten/ sich ins Danckele setzen und dergleichen. Und ist diß vielleicht die einzige Ursach gewesen das Monsieur de Beaune der in der analytica Mathematica recentiorum sehr versiret (welches studium absonderlich die Augen sehr erfordert) gäntzlich des Gebrauches derselben beraubet worden.

Das dritte ist/daß wenn man erkennet/daß ohne Medicamentorum äusserlicher Applicirung nichts zubehalten/so müssen zwar solche erwehlet werden. Die aber entweder dem Verstande sehr gemäß scheinen/ oder/so man nicht liecht dergleichen aussehen kan/ solche die eine offenbahre und sensible (nicht dunckel und die man langsam mercket) Hülffe thun/ die gantz schlecht seyn(nicht von vielen Ingredientien componiret) und so man einmahl dergleichen was erwehlet/ muß man hierbey beständig biß zu vollendeter Cur verharren/ nicht dieses wiederum verlassen/ andere hernach auch so gebrauchen/ und also stets umwechseln/wie man ingemein sehr unbeständig hierinnen und aus geringen Ursachen verfähret)es wäre denn daß der Verstand klärlich was anders anwiese.

So wird man erfahren/ daß wenn man an einem Gliede eine sehr grosse Inflammation oder Hitze empfindet/so von dem daß man sich gebrennet/ gequetschet oder dergleichen entstanden/ und

man

man nur hier Fett fein warm appliciret (es sey was für Fett es wolle/ Hundesfett/ Haasenfett ꝛc. nur daß es wohl fliessend) hierdurch eine sehr merckliche Linderung der Schmertzen verspüren/ auch/wenn es wol verwahret/ in kurtzem alles wieder gut wird. Weßwegen denn sehr wohl zu mercken/daß obschon wenn man nemlich (wie in der andern Regul ietzo gleich gedacht) die fünff Sachen in acht nimmt/ offtermahls grosse Schaden sehr leicht curiret werden/ so habe ich doch befunden / daß es viel eher und besser erfolge ; wenn man sechstens den schadhafften Orth wohl mit etwas Leinwand in warmen Fett eingetuncket verwahret/solches so es fest angebacken/zwar also liegen lässet / und nicht alle Tage wieder abreisset (wie die Chirurgi mit ihren Pflastern thun und fast stets immer etwas neue Verletzung verursachen)iedennoch alle Tage den Schaden / mit eben dergleichen warmen Fett wieder übergiesset oder anfeuchtet. Massen dergleichen Fette den Schaden sehr warm halten und also die Heylung sehr geschwinde befördern ; da hergegen die Chirurgi meist solche Sachen auflegen / die kühlen/ und also die Heilung des Schadens sehr auffhalten. Ferner wenn manchmahl Gliedmassen offt sehr erwärmet sind / und hernach bald darauf sehr erkaltet werden/bekommen etliche hiervon (so auch aus andern vielen Ursachen entstehen kan) sehr rothe hitzige Beulen von manchen die Rose genant die jemehr und mehr zunehmen und grosse Schmer-

Schmertzen verursachen : welches nicht zuver-
wundern. Denn die Natur will etwas/daß ihr/
in ihren Operationibus, zu wieder / von sich trei-
ben und solches soll durch die gesunde Haut geschee-
len : ehe nun solches zu wege gebracht wird / muß
solche sehr wohl/durch die böse Materie, zerbissen
werden/welches grosse Hitze und Schmertzen ver-
ursachet ; weßwegen die Chirurgi, um dieser
Materie durchzuhelffen / gar geschwinde sind sol-
che inflammirte Theile auffzuschneiden und Wü-
cke einzudreffen/ damit es nicht wieder zufället/ so
lange die Natur diese böse Materie von sich trei-
bet/ welches eine beschwerlich und schmertzliche
Cur ist. Dahero vielmahl verursachet wird/ daß/
wenn ein Schaden so lange offen gehalten wird/
die Feuchtigkeiten ihren Gang dahin nehmen/daß
wenn er auch geheilet/offte wieder auffbricht:Da-
her die Chirurgi ohne Zweiffel auff die seltzame
Cur der Fontanellen gerathen. Ich habe hergegen
gen in unterschiedenen dergleichen Zufällen be-
funden/daß so bald man nur gar schlechte Sachen
auffleget ( was es auch sonst ist ) wann es nur in
Form eines Breyes etwas dick und feucht und
absonderlich wol warm ist : so bald man aber mer-
cket/daß es trocken von eben selbiger Sache und
wohl warm wieder auffleget / auch der Ort sonst
wohl warm gehalten wird/ nicht allein die Natur
gar geschwinde solches ohne sonderbahre Schmer-
tzen von sich sebst eröffne(denn die Haut wird von
aussen also erweichet ) sondern anch wenn man
hiermit stets continuiret, auch etliche Zeit drüber/

wenn

wenn es schon nach Ausgang der Materie gantz zu/ solches so wol heile/daß es nicht viel zu erkennen/ wo die Eröffnung geschehen. Endlich wenn Leute von Ottern und andern gifftigen Thieren gebissen/ daß eine Geschwulst davon entstehet die stets zunimt: so gebrauchen viele Oele/ darinnen Scorpionen, schwartze Maykäfer und andere dergleichen gifftige Thiere umbgebracht. Ich aber habe bey einer dergleichen Geschwulst/so die Hand zuerst einnahm / hernach den Arm und so täglich immer weiter gieng/auch eine gewaltige Hitze verursachet befunden / daß/ so bald nur mit blossem reinen Oliven-Oel (darinnen keine Scorpionen)solches beschmierete/es nicht anders war/als wenn man sehr kaltes Wasser darüber gegossen / die Hitze ließ sehr mercklich nach und nahm solche Geschwulst täglich aber ich habe auch gesehen/daß bey vielen andern eben dergleichen Effect erfolget. Ja wenn man nur wolfliessende Fette und die/so bald man sie darauf thut/ sehr kalt schienen zu seyn gebrauchte/so würde ebenfals/ solchem zunehmenden hitzigen Geschwulst gar bald gesteuert. Dessen Ursach allhier gar wahrscheinlich könte deduciret werden/wenn ich anders den Leser nicht überflüssig geachte hiermit auffzuhalten.

Dieses ist endlich also was ich voritzo der Warheit-liebenden und nachforschenden Gemüthern mittheilen wollen: Da denn absonderlich auch mein Absehen gewesen/ denjenigen hiermit zu dienen/die/wie man saget/mit der Welt leben müssen/

und

und wenig thun oder lassen können/was sie wollen. Denn/daß viele Reguln gestellet haben vor andere/ die nach ihrem eigenen Willen leben können / sind solche/meines Bedünckens/gar leicht auszufinden. Dieweil aber dergleichen Leute sehr wenig in der Welt/ / sind sie von sehr schlechten Nutzen. Dahingegen/wenn man andern / die in grosser Unordnung leben müssen/ dergleichen Reguln will vorschreiben/ die eine recht merckliche Hülffe ihrer Gesundheit erweisen/ es ein weit anders Nachsinnen erfordert.Uñ dieweil dergleichen Leute in unzehlbarer Menge / so sind sie auch also von weit grösserm Nutzen als vorige. Dabey aber / wie anfangs selbst frey gestehe/ daß nicht alles(in einer annoch so dunckeln und sehr schweren Materie) auff unwiedersprechliche Manier angewiesen: Doch hoffe ich auch / daß es der Wahrheit ähnlich / daß solches vielen andern / obschon sehr gewöhnlichen/doch übel gegründeten Sachen/weit vorzuziehen. Hierbey aber muß man es keines weges bewenden lassen; sondern diß soll nur so lange dienen/biß herrliche Ingenia, deren wir im jetzigen Seculo nicht wenig haben/die Wahrheit dieser Sachen vollkommen entdecket/ welches von gantzen Hertzen wüntsche / und mich solcher alsdann/ wenn es auch gleich meinen jetzt vorgestellten Sachen gantz zu wieder lieffe / willigst gerne unterwerffen will.

ENDE.



